

علم النفس

PSYCHOLOGY



إعداد الأستاذة

تسريحها ن سميير

اولادى والدفعه الاقرب الي قلبى اتمنى من ربنا التوفيق للجميع

بسم الله توكلت على الله اللهم اني اعوذ بك ان اضل او اضل او ازل او ازل او اظلم
او اظلم او اجهل او يجهل علي .

رب ادخليني مدخل صدق واخرجني مخرج صدق واجعل لي من لدنك سلطانا نصيرا
، رب اشرح لي صدري ويسر لي أمري واحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي ، بسم الله
الفتاح ، اللهم لا سهل الا ما جعلته سهلا وانت تجعل الحزن ان شئت سهلا يا أرحم
الراحمين ، اللهم افتح علي فتوح عبادك العارفين ، اللهم انقلني من حولي وقوتي
وحفظي الي حوئك وقوتك وحفظك اللهم اجعل لي من لدنك سلطانا نصيرا .

الحمد لله الذي هدانا لهذا ،

وما كنا لنهتدي لولا ان هدانا الله رب العالمين

شريهان سمير

ثانيا علم النفس والاجتماع

بردو قبل مانحل يلا نراجع الأول على العلماء....

علم النفس

قناة
العابقرة ٣ أدبي

رابط القناة علي تطبيق Telegram

@OW_Addy



- 1- أرسطو: المفهوم الفلسفي للذكاء، الانسان يختلف عن الحيوان في العقل
- 2- تيرمان: في المفهوم النفسي، القدرة على التفكير المجرد
- 3- وكسلر: في المفهوم النفسي، قدرة الفرد على العمل الهادف والتفكير المنطقي
- 4- سيرمان: في المفهوم النفسي، القدرة على ادراك العلاقات
- 5- جار دنر: في المفهوم النفسي، القدرة على حل المشكلات، رفض فكرة احادية الذكاء 1983
- 6- ايفان بافلوف: نظرية التعلم الشرطي الكلاسيكي 1904
- 7- ادوارد ليج نور ديك: نظرية المحاولة والخطا
- 8- كوهلر و كوفكا و فريدهر: نظرية التعلم بالفهم والاستبصار (الجشطالت)
- 9- دونالد ا. نورمان: نظرية تجهيز ومعالجة المعلومات
- 10- بياجيه: حدد الاربع مراحل للنمو المعرفي
- 11- جورج ستانلي هول: اطلق على مرحلة المراهقة مرحلة أزمة بعبارة الشهيرة "مرحلة الضغوط والعواصف"
- 12- فلمنج: حدد مفهوم الشخصية كمثير "الشخصية هي مجموع الافعال التي تؤثر في الآخرين"
- 13- البورت: حدد مفهوم الشخصية كتتنظيم دينامي "التنظيم الدينامي داخل الفرد لجميع اجهزته النفسجسمية الذي يملئ على الفرد طابعه الخاص المميز وله في السلوك والفكر"
- 14- هيبوبراط: صاحب نظرية الانماط، ربط بين الجوانب الفيسيولوجية والشخصية
- 15- فرويد: صاحب الاتجاه التقليدي لنظرية التحليل النفسي
- 16- أريك أريكسون، كارين هورني، هاريج سناك سوليفان: الاتجاه الحديث للتحليل النفسي، اهتموا بدور المتغيرات الاجتماعية والتفاعلات مع الوالدين
- 17- واطسون: صاحب الاتجاه التقليدي لنظرية السلوكية، رفض تاثير العوامل الوراثية على الشخصية والحكم على الشخصية من خلال السلوك الظاهر الذي يمكن ملاحظته وقياسه
- 18- سكندر دولارد و ميلر: الاتجاه الحديث للنظرية السلوكية، نزعوا الى ادراك اهمية العوامل الوراثية ودوافع الفرد في تشكيل سلوكه ومن ثم في شخصيته
- 19- ماسلو: صاحب النظرية الانسانية، تركز على الطبيعة الانسانية الخيرة حيث ترى ان الانسان خير بطبعه وواع بسلوكه
- 20- هربرت سبنسر: اول من استخدم مفهوم الاتجاه

علم الاجتماع

- 1- دوركيم و براون و مالفينوسكي: في البنائية الوظيفية، الاسهام الذي يقدمه الجزء للكل
- 2- أبن خلدون: في التفاعل الاجتماعي، أكد في قوله ان الاجتماع الانساني ضرورة اي لابد من قيام حياة الجماعة او العمران البشري
- 3- اميل دوركايم: يعرف الظاهر الاجتماعية "كل ضرب من السلوك ثابتا ام غير ثابت يمكن ان يباشر نوعا من الالتزام على الافراد"
- 4- سولوفان اش: في علم النفس الاجتماعي، نظرياته عن الامتثال والادراك وواضح كيف ان الادراك يتاثر بالموقف او السياق الاجتماعي
- 5- طافور: الشاعر الهندي الذي شبه التطوع بالزهرة "تملا الفضاء بعطرها، ثم تكون خدمتها الاخيرة ان تقدم نفسها اليك"
- 6- روزاليون: قال ان التطوع "الانخراط في نشاطات خيرية تتضمن عنصر الالتزام ويمتد نفعها ولا يقف عند حد الشخص المتطوع، كما ينظر للتطوع على انه اعطاء الوقت والمال وتفضيل الصالح العام"
- 7- بلو: تكلم عن العاملين الاقتصاديين الاساسيين في العمل الحر وهما التغيرات التكنولوجية وتغير البيئة الصناعية
- 8- دافيدسون: تكلم عن القيم الثقافية وتأثيرها بشكل اساسي على سلوك العمل يحدد رؤيتان عامتين الاولى هي السمات النفسية الكلية لعملية الشراكة والثانية هي الشرعية الاجتماعية

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

الليلة الامتحان ان شاء الله

اهم المصطلحات التي ممكن تتساها في علم النفس
لا تنسى تعريفات الذكاء
الفصل الاول 3
الفصل الثاني 2
الفصل الثالث 3

1- المفهوم الفلسفي	لارسطو العقل .
2- المفهوم البيولوجي	استخدام المعرفة في التوافق مع الظروف البيئية والطبيعية مثل البدو يتكيفون مع العيش مع الصحراء
3- المفهوم الاجتماعي	التفاعل مع الآخرين .
4- المفهوم النفسي	تبرمان المعاني المجردة مثل الاعداد ، وكسلر العمل الهادف مثل الطبيب الذي يدرس المرض للوصول للعلاج . ، سبيرمان ادراك العلاقات مثل التضاد ابيض واسود .

جارنر: الذكاء ليس قدرة واحدة بل الافراد يمتلكون قدرات عقلية متعددة .

- ذكاء اللغوي / الشفهي: دحض الحجج بالحجج ، والتلاعب بالالفاظ ، تكوين وتركيب الجمل .
- ذكاء المنطقي المجرد الرياضي : مجموعة من العمليات التي تتم في نصفي الدماغ الأيمن واليسر نركز علي التصنيف وحل الالغاز / حل المشكلات والتحليل المنطقي / ربط الاسباب بالمسببات ، توليد التخمينات والفروض وطرح الاسئلة
- ذكاء البصري الفراغي المكاني: التخيل البصري وثلاثية الابعاد والتصميم - الذكاء الحركي العضلي البدني: النحاتين ، باستخدام أيديهم أو تعبيرات الوجه .
- ذكاء معرفة النفس الباطني بخطط لاهداف ذكاء معرفة الآخرين: فهم تعبيرات الآخرين اللفظية والجسمية ، تقبل الآخر .
- التعلم كل تعلم تغير ولكن ليس كل تغير بيولوجي او مؤقت يكون تعلمًا ؛

التعلم الشرطي بالفلوف الوجود الثنائي لميرين افترنوا في زمان او مكان .

اولي النظريات السلوكية وهذت الطررق لظهور نظريات اخرى .

نظرية بها تخيلت تختلف عن التعلم الذي يتبع فيه المتعلم وتجارت عن بين طرق عديدة ومتنوعة .
افترضت ان جميع البشر متشابهون في ردود أفعالهم، واختزلت السلوك البشري في كونه مجرد استجابة شرطيه لمحفز ما .
لا يسمح البالغ لجسده بلعس الفئجان بشكل مقصود رغم شكلة الجذاب بينما يقبض الصغار يتلفه علي الاشياء المشتعلة بايديهم الصغيرة لانهم لم يمتلكوا حماية المنعكس الشرطي ويكتسبون قدرة الابتعاد عن الفئجان . الحرارة منير طبيعى والفئجان منير شرطي .

موقف المتعلم سلبي غير حر وبلا ارادة .

المفاهيم المرتبطة بالنظرية :

م / ط : المثير الفعال الطبيعي يحدث استجابة غير متعلمة، ويسمي بالغير شرطي .

س / ط : سلوك او عادة انعكاسية ينعكس بصفة تلقائية / فطرية / وراثية . مثير محاييد : لا تنشأ عنه استجابة .

م / ن : المثير الشرطي يحدث استجابة متعلمة وهو محاييد في بادئ الامر . ويسمي غير طبيعى . ، وهنا المثير الشرطي حادثا يمكن تحديده بسهولة ووضوح .

س / ن : الاستجابة المنعكسة المتعلمة الجديدة الشرطية متعلمة ومكتسبة .
الاستجابة الشرطية مماثلة من حيث المظهر للاستجابة الغير شرطية (الطبيعية) / الاختلاف من حيث الكم .

اهم جزء التطبيقات :

أ ردود الافعال الانفعالية المخاوف البشرية وبالاخص في الطفولة مثل الخوف من القسط يعاني بعض الأشخاص عقد نفسية ، مثل التشاؤم من حيوان أو طائر أو السمك .

ب تعديل الاستجابات الغير مرغوبة الاشراف المصناد بربط المثير بمثير غير شرطي (طبيعى) مرغوب فيه .

الخوف من الظلام يعالج باللعب بالكشاف

علاج التبول اللاارادي والفوبيا ، بعض العادات السيئة مثل التدخين ، إذا كان لديك طفل يبصق دائما علي المحيطين

الاشراف المصناد : انقاص الاستجابات الغير مرغوبة بربط العادات السيئة بشئ مرغوب فيه .

مثال : رؤية العناكب تسبب قلقا زائدا وتصميم موقف يسبب الاسترخاء فالمثير الذي استعدي القلق استعدي الاسترخاء .

أو نوع آخر يسمى بربط العادات السيئة بشئ مفر : عند علاج الشخص المدمن يقوم الأطباء بوضع مادة فعالة مع المخدر كلما يتعاطي

ج نزع الاستجابات اطر غوبه : خلال الربط بين ذهاب الطلاب للمدرسة وحصل الالعب .

د اخلال اطر غوبه بدل من الغير مرغوبة : مكافأة سلوك الطفل عند استخدام الاقلام والورق في الرسم والتلوين وفي نفس الوقت حرمان الطفل من المكافأة عندما يشخط بقلمه علي الحائط .

القرارة والكتابة اقتران كلمة شجرة بصورة الشجرة .

كرة التلميد مادة دراسية معينة قد لا يكون ناتجا عن صعوبة المادة ولكن قد يحدث كاستجابة شرطية لكرة مدرس هذه المادة .

هذه النظرية بها مبدأ العام : عندما يكون الطفل قد تعلم ان يقول عو عو لرؤية الكلب فانة من الواضح ان رؤية مثير مشابه

كلماوشي يمكن ان ينتزع منه نفس الاستجابة ، وعندما يتعلم لفظ بابا يستخدمه لجميع الرجال .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

التدعيم التعزيز	الانطفاء لا يكون نهائيا	الاسترجاع التلقائي عفوي
<p><u>تكوين استجابة شرطية</u> عامل الزمن والتكرار الطعام كان تعزيرًا للمثير الشرطي الجرس كلما زادت عدد مرات التعزيز كلما قوي الرابط بين المثير الشرطي والاستجابة الشرطية وزادت قوة الاستجابة المتعلمة . تحفيز للسلوك المناسب وزيادة احتمال تكرار في المستقبل بأضافة مثيرات ايجابية. التجاور الزمني لوقوع مثيرين عدد من المرات .</p>	<p>تكرر ظهور المثير الشرطي لفترة من الزمن دون تعزيز بالمثير الطبيعي فإن الفعل المنعكس يضعف تدريجيا ويحدث في النهاية تلاشي الانطفاء يسمى المحو والخمود والكف والحذف والذبول عملية عقلية يقوم بها الجهاز العصبي لحماية نفسه من الاثارة الزائدة او الارهاق نتيجة الاستجابة لمثيرات لا ينتج عنها اشباع وحماية الحيوان من عمل استجابات لا تؤدي الي نتيجة . اضعاف الاستجابة إذا خاطبك السفية فلا تجبه فخير إجابته السكوت. العقاب السلبي الذي يقوم على حرمان الطفل من الشيء المحبوب لفترة لكي لا يكرر خطأ.</p>	<p>بدون نشاط مقصود ولا يحتاج وقت ومجهود . بعدها استطاع أحد الشباب السير على نظام غذائي لإنقاص وزنه مبتدئا عن الشيكولاتة لوقت ما، لكنه عندما رأى الشيكولاتة أمامه نسي نظامه الغذائي وتناولها مره اخرى سماع برنامج في راديو واسترجاعه من الطفولة .</p>

في الحرب العالمية الثانية قام خبراء الجيش الروسي بتدريب الكلاب علي تناول اسفل الدبابات وعندما بدأت الدبابات الالمانية غزو روسيا كان يتم اطلاق الكلاب التي تم تدريبها مسبقا وهي محملة بالمتفجرات وعندما تصل اسفل الدبابات الالمانية بحثا عن الطعام كانت يتم تفجير الشحنات المتفجرة التي تحملها الكلاب تعبر الدبابات الالمانية في الموقف السابق مثير شرطي .

كان عالم النفس (بختريف) يقدم صوت شوكة رنانة ويعقبه مباشرة صدمة كهربائية في كف اقدام حيوان ومع الوقت أدت الصدمة الكهربائية إلى ثني اقدام الحيوان ويعد تكرار تقديم المثيرين معا بشكل مستمر بدأ ثني اقدام الحيوان بدون تقديم الصدمة الكهربائية، يجسد هذا الموقف السابق أحد نظريات التعلم وهي

المثير الطبيعي : الصدمة الكهربائية
المثير الشرطي : شوكة رنانة

الاستجابة الطبيعية : ثني اقدام للصدمة الكهربائية

الاستجابة الشرطية : ثني اقدام مع صوت شوكة الرنانة المتكرر بدون وجود الصدمة الكهربائية .

المحاولة والخطأ والربط والانتقاء ثورنديك الاب الروحي لعلم النفس التربوي

نظرية سلوكية والتعلم تصاعدي بالصدفة.

تتعامل مع المتعلم بشكل واقعي حيث لا يلدغ المؤمن من جحر مرتين لاننا يجب ان نتعلم من اخطائنا .

سميت بالنظرية الوصلات العصبية الذرائعي او الواسيلي

قاعدة هذه النظرية أن السلوك يبدأ بمثير وينتهي باستجابة . الاستجابة الاختيارية بها عوائق

كلما زاد عدد المحاولة كلما انخفض الزمن علاقة عكسية . تسجيل السلوك في صورة كمية .

أن هذه النظرية جزئية وليست كلية فهي تعتمد على تحليل السلوك للكشف عن العناصر الأساسية به.

أهم جزء التطبيقات التربوية

أهمية المعلم : استثارة دافعية المتعلم . على المدرس استخدام الضوابط الفعالة التي تبهج التلاميذ بحيث يمكن التحكم في سلوك التلاميذ وتحقيق ما يشبع دوافعهم أحيانا .

ب الممارسة والتكرار مهم لتثبيت الاستجابات الصحيحة والتخلص من الاستجابات الخاطئة : ومن الجدير بالذكر أنه استطاع ابتكار اختبارين للجيش الأمريكي : هما بيتا وألفا ، إذ يستخدم هذان الاختباران لغايات تحديد مدى أهلية الجندي المتقدم .

التعلم الحركي مثل الحبو - المشي - الكتابة - السباحة - القيادة (النمو) ، تستخدم في انعدام الخبرة والاطفال الذين لم ينمي لديهم القدرة علي التفكير والالعب الرياضية وتعلم لغة جديدة والتعلم والممارسات الذاتية .

ج التدعيم المكافأة في العادات مثل الصلاة والنظافة والمهارات الحربية والقتالية .

د الأعداد والتمهيد أولا والتدرج من السهل للصعب عرض قصة لخلق حالة من الميل والدافع والاستعداد للاستمتاع بالدرس .

وهنا برودوا إذا تعلم فرد أن يقود سيارة معينة فالاستجابة تتحول الي جميع أنواع السيارات .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

الاستعداد والتهيؤ للوصلات العصبية	التمرين التكرار التدريب	الآثار النافذة
<p>اول قوانين ثورنديك الاولية وهو مبدأ يعبر عن خصائص الظروف التي تجعل الاستعداد للقيام باستجابة معينة .</p> <p>توفر درجات من التركيز والشغف فيمكن للأفراد التعلم بشكل أفضل عندما يكونوا في هذه الحالة الجسدية والعقلية للتعلم .</p> <p>عندما يتعلم طفل ما مهارة معينة يجب أن تكون متأكدين أنه لديه إمكانيات فسيولوجية وعصبية لتعلم هذه المهارة ، مثل تعلم الطفل الجميز مبكراً دون أن يكون لديه إمكانيات فسيولوجية .</p>	<p>تعلم شخص الكتابة على الكمبيوتر ثم التحق بوظيفة تتطلب التعامل مع الكمبيوتر بكثرة فزادت قدراته وسرعته في الكتابة .</p> <p>الاهمال : في ضوءه فسر ثورنديك النسيان .</p>	<p>الآثار دائماً يتبع الاستجابة احتمالية تكرار الاستجابة عند الانسان لاحقاً علي حسب النتيجة التي تتولد عنها فالاستجابات التي تتبعها نتائج ايجابية تزداد احتمالية حدوثها ، بعكس الاستجابات التي تكون نتائجها سلبية .</p> <p>يعرف بأنه عملية زيادة تكرار حدوث سلوك قليل التكرار أو الإبقاء علي درجة تكرار سلوك كثير التكرار وله أهمية كبرى في تيسير التعلم .</p> <p>يظن بعض الناس أن الشعور بالسعادة هو نتيجة النجاح ولكن العكس هو الصحيح .</p>

الفرق بين الانطفاء والاهمال : الانطفاء معناه عدم الحصول علي المكافأة سيؤدي الي الزوال ، الاهمال معناه عدم الممارسة يضعف الرابطة وليس التعزيز .

الفهم والاستبصار فرتهمير كوفكا كوهلر اهم منتقدي المحاولة والخطأ الادراك الداخلي التي تحكم عملية التعلم

مدرسة الجشطالت فترتبط بالعملية المعرفية الادراك : التعلم عملية انتقال من موقف غامض لا معنى لامرا في غاية الوضوح . مثال : إدراك الفرد للنقاط الثلاثة السوداء على ورقة بيضاء على أنها مثلث

استجابة الفهم : وتعتمد علي مستوي النضج وتنظيم المجال : وادراك المعلومة في سياقها التعلم على أنه عملية ديناميكية . ويجنبنا الأخطاء وتحويل المعارف من موقف لآخر وتطبيقها في مجال تعليمي مشابه للموقف الاول وتناقل مع الظروف المتغيرة . يعد مكافأة بعد ذاعة . التركيز علي الطريقة الصحيحة للاجابة وليس الاجابة الصحيحة مثل تعلم الرياضيات مثلاً .

القانون الأساسي " الكل اكبر من الجزء "

وهناك قوانين اخري درست في الصف الثاني مثل الشكل والارضية والاخلاق والسياق .

كيف تم التعلم ؟

وتم التعلم بالفهم : بالكل لانها نظرية كلية .

في محاولة واحدة : (بالتعلم الكتلي) أي أن السلوك الصادر عن الإنسان يصدر كوحدة واحدة غير قابل للتجزئة .

يسبقها تأمل وانتظار وتنظيم وإعادة تنظيم : لعناصر المجال الادراكي : دافع الجوع . العضا المستخدمة . وجود الباعث الحيوان (الموز) .

وتتميز بخاصيتين الفهم وادراك العلاقات عكس النظريتين السلوكيتين السابقتين .

الخصائص :

التعلم مفاجي : اكتشاف أرشميدس لقانون الازاحة لم يستغرق الا فترة قليلة سبقها تنظيم عناصر

خالي من الخطأ : في كثير من المسائل حاول تعلم حل المسألة بطريقة تنم عن وعي

ولا يوجد انطفاء - ذاكرة لمدة طويلة

يطبق علي المواقف المشابهة انتقال اثر التعلم عمليه التعميم إلى المواقف الجديدة المتنوعة وموقف تعليمي مشابه .

مثال : سهولة تعلم اللغة الفرنسية بعد تعلم اللغة الانجليزية . اجراء عمليات الجمع يساعد التلميذ على تعلم عملية الضرب

اهم جزء التطبيقات :

أ الفهم : قيام الطالب بحل مسألة رياضية معقدة

ب تسهيل فهم الخبرات الوحدة الكلية .

ج ادراك عناصر الدرس والاهداف : عمليات فهم العلاقات والأسباب المذكورة بالنص ، وفهم علاقات الجمل ببعضها في السياق الواحد ، أن تعلم التاريخ يجب الا يتم من خلال حفظ المعارك والتواريخ والشخصيات ولكن يجب رؤية التفاصيل وكيف يؤدي شيئ الى شيئ آخر

د ربط المعلومات القديمة والجديدة : أثناء دراستك لمادة التاريخ وتحديد موضوع الحملة الفرنسية على مصر والشام قام المعلم بعرض خريطة جغرافية تسهل عليك معرفة خط سير الحملة .

ه ادراك الكلي قبل الاجزاء . التعلم ما هو الا التوصل للمعنى العام للنص ، يبدأ الفنان برسم تخطيطي عام ثم يأخذ في توضيح التفاصيل ، قراءة المادة من أولها إلى آخرها مرة واحدة بقرائنها المتعددة ، ثم قراءتها مرة ثانية للوصول إلى الفكرة الكلية

وضع نموذج الاجابات قريبة جداً من الاجابات الصحيحة يوسع افق الطالب ويساعد علي التفوق في دراسته . رسم الهيكل

اولاً ثم توضيح التفاصيل .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

تجهيز دونالد نورمان التركيز على العقل

المدرسة المعرفية التي تعتمد على التذكر اتجاه عبارة عن عمليات عقلية داخلية تتخبط بعد مواجهة حافز في البيئة مثال : يستطيع الطفل بعد ركوب الدراجة الهوائية بعد استرجاع طريقة تعلم الاب له عند قيادتها .
الاستجابات المنظمة : هي نتاج توسط العمليات المعرفية بين المثير والاستجابة . الأسس البيولوجية للعمليات المعرفية في الدماغ
التعلم محكوم (الدرس القصدي لمادة) و التعامل مع المعلومات بشروط وليس عملية انوماتيكية تخضع للآخر :
نستقبل بها المعلومات (الملاحظة) : استقبال ملامح وجهه الموجود مسبقا في ذاكرتك كمثير ، بالتدريس من خلال الطريقة الانطباعية معتمد على الإدراكات الحسية .
ونرمزها كل شيء له معنى خفي علينا إدراكه ، خ خالد) هذا حرفك ، (م محمد) هذا حرف أخيك .
ونفرضها : معظم المعلومات الحسية تتلاشى في غضون ربع ثانية اذا لم يتم تكن ذات اهمية للفرد
ونسترجعها : سأل طفل والده عن سبب صعوبة إغلاق الأبواب الخشبية فبدأ والده يجيب مستعينا بالمعلومات التي سبق وأن درسها .

لا تنسى القوانين :

العلاقة السببية جانب معلوماتي : العلاقة بين الشتاء وصعوبة قفل الابواب حيث انخفاض الحرارة يؤدي الي تمدد الاخشاب .

التعلم السببي جانب سلوكي : حرص الفرد علي ارتداء الكمامة الطبية لانها تساهم في تقليل فرص اكتساب العدوي بالفيروس .

التغذية الراجعة : عندما يخطأ الرياضي في أداء مهارة حركية ما ، ويقوم المدرب بتوضيح الطريقة الصحيحة للاعب فأنه يعاود المهارة المطلوبة من جديد .

التطبيقات :

أ العمليات المعرفية ب سلوك الإنسان ناتج عن الماضي والحاضر

ج التكرار اللفظي : الحفظ يسهم في زيادة الخبرات التي يتم تذكرها في فترات الطفولة ، والحفظ يتطلب جهدا عقليا في المراحل التالية .

د تدريب موزع أفضل من المكثف

هـ تعلم لة معنى الواقع : يكون موقف التعلم اكثر ايجابيا عندما يكون التعلم اكثر ارتباطا للواقع .
أن ربط المادة التعليمية بواقع التلميذ وحياته اليومية من جهة ، وبالسباق العام من جهة أخرى ، كما هو الحال بالنسبة للأحداث التاريخية إذا تم تصميمها في صورة مشكلات للتلميذ ، مما يساعد على التعلم الجيد .

س انتقال اثر التدريب في التعلم ايجابي التطبيق العملي : نقلا إلى اوضاع جديدة واقعية معلم الكيمياء يحرص علي عرض دروسه في شكل تجارب يشارك فيها الطلاب في عمل المدرسة . الانشطة تجعل المدرسة متفاعلة نشطة عمل وتجاوب وتدريب علميا وعمليا .

ش نشاط المتعلم

ز منحي الكمبيوتر حواس الانسان تشبة لوحة المفاتيح في الحاسوب - العمليات المعرفية والمعالج في الحاسوب .
حث معلم طالب علي البحث علي الاجابة لكي تثبت في ذاكرته . يقوم التعلم عن بعد علي تجهيز معالجة المعلومات

ليس التعلم ان تحفظ الحقائق عن ظهر قلب بل أن تعرف ماذا تفعل بها .

انتقال اثر التعلم جشطلت	انتقال الايجابي تجهيز ومعالجة المعلومات
مواقف مشابهة وخبرة سابقة تعلم الالة الكاتبة يساعد في تعلم الكمبيوتر .	التعلم يطبق بشكل عملي (التغذية الراجعة) تطبيق كل حرف وكل معلومة . لأن كل عمل سيؤدي يوفرة كما من المعلومات يساعد فيما بعد علي تحسين الاداء .

مبادئ التعلم الجيد

الدافعية	التعزيز والتعلم
تتحقق الكثير من الأشياء المهمة للذين اصرروا على المحاولة على الرغم من سمات الذكاء الإحساس الملح بالحاجة إلى تعلم المزيد .	الحصول على الدعم سواء كان ذاتي أو خارجي مادي أو اجتماعي عقب نجاح استطعت تحقيقه يزيد من فرصة تكرار نفس النجاح و بدرجات أكثر .
	تطبيق غرامة مالية على قاندي المركبات المتجاوزين للسرعات المقررة أو ممن يرتكبون مخالفات من شأنها الاضرار بالآخرين .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

الممارسة	تشير الدراسات الى ان طبيعة و كمية و مستوى العمل تلعب دورا هاما في أداء المتعلم فالأعمال والمهارات الصعبة تستغرق زمنا أطول. البقاء في اللحظة الحاضرة يحتاج الى تركيز على شيء واحد فقط الممارسة المركزة : ضغط الوقت يمكن في الواقع أن يكون مفيدا ، فهو يساعد على تركيز الذهن وعدم التفكير في التسويف ، وخفض عدد البدائل التي يمكن التفكير.
الدور الإيجابي للمتعلم	إن اتقان التعلم يعتمد على المحاولات الجادة التي يقوم بها الفرد. الجهد المتواصل وليس الذكاء أو القوة فقط هو مفتاح انطلاق قدراتنا الكامنة
الانتقال الموجب للتعلم	الخبرة ليست ما يحدث للإنسان، وإنما ما يفعله الإنسان بما يحدث له اكتساب مبدأ عام: ما يعني إمكانية تطبيقه في أي موقف مناسب ولا يكون قاصرا على الموقف الذي جرى تعلمه فيه فحسب وعلى النقيض من ذلك فإن ما تم تعلمه عن طريق الحفظ والاستظهار لا يحتمل أن يكون قابلا للانتقال إلى مواقف تعليمية أخرى.

اسس الاستذكار الفعال .

الانتباه بيئة الاستذكار	زيادة الرغبة في الاستذكار	المشاركة النشطة	القراءة الجيدة
من أجود أماكن الحفظ الغرف، وموضع بعيد عن الملهيات، وليس بمحمود الحفظ بحضرة الثبات والخضرة والأنهار وقوارع الطريق وضجيج الأصوات؛ لأنها تمنع من خلوة القلب. أجمل الأوقات للحفظ الأسحر، وللبحث وللابتكار وللكتابة النهار، وللمطالعة وللمذاكرة الليل	تتحارب العقول أيا كان مستواها ولا تجد راحتها واستقرارها إلا في التحدي.	المفكر هو انسان قرا وتعلم و جرب ووعى وفكر وعبر واستمر . أثناء عملية التعلم، يقوم التلميذ بتكوين صور ذهنية - سمعية كانت أو بصرية) لما يقوم به المدرس أثناء شرح الدرس. تثبيت و مجموعة من زملاءك فكرة صياغة اسئلة	الجشطلت : الفكرة الأساسية في نظرية الصورة جمل منتظمة تعد تلك المقولة بمثابة اسقاط منذ البداية في صورة منتظمة أو بنية شاملة، الإدراك ليس تركيبيا لا حساسات سابقة ، بل انه يتحكم فيه جميع المستويات فمجال عناصره مترابطة

الباب الثاني النمو الفصل الاول 1 الثاني 2 الثالث 1

النمو من العام للخاص	تؤكد التربية الحديثة على تعليم الطفل العبارة قبل الجملة، والجملة قبل الكلمة، والكلمة قبل الحروف الهجائية. حينما يريد الطفل في البداية إلى التقاط شيء لا يستخدم كلتا يديه فحسب، ولكنه أيضا يلقي بجسمه ككل تمييزا لفعالات الطفل إلى الحب والغيرة والغضب بعد أن كانت تقتصر على مجرد الإحساس باللذة والألم
النمو تغير مستمر	تحديد مسار النمو والتنبؤ به والتخطيط له التغيير سنة الحياة . يقول زويل الجينوم يجعلنا مهئين للنطق ، والبيئة تجعلنا نطق بالعربية أو الإنجليزية للمكان الذي توجد فيه.
الفروق الفردية	لكل فرد نمطه الخاص في النمو لم يخلق الله الأصابع العشرة متشابهة رزقت أسرة بتوأمين فظنت الأم أنهم سوف يتشابهان في كل شيء إلا أن أحدهم سبق أخيه في المشي والكلام غالبا ما نجد الأفراد في سماتهم المختلفة الجسمية (الطول والوزن) والعقلية (الذكاء) والانفعالية (الخوف) تتوزع حظوظهم منها وفق المنحنى الاعتيادي ، الناس إخوان وشتى الشيم
تميل الجوانب للأرتباط ببعضها	يجب أن ننظر إلى الفرد النامي على أنه كل لا يتجزأ مهارة المشي تعد في حد ذاتها نمو حركيا، لكنها تجعل الطفل أقدر على استكشاف البيئة. ضعاف العقول من المعهوبين يتأخرون في نموهم الجسمي والاجتماعي ، العقل السليم في الجسم السليم
تختلف السرعة ليست مطردة	يصل المخ إلى حجمه الطبيعي ما بين سن 6 : 8 سنوات بينما يظل نمو أعضاء التناسل بطيئا طول فترة الطفولة الجمجمة تنمو وبأقصى سرعة في مرحلة ما قبل الميلاد ثم تهدأ هذه السرعة بعد الميلاد
اتجاهات طويلة وعرضية اتجاهات محورية	يستطيع الطفل الرضيع الثقل على أحد الجانبين قبل أن يستطيع مسك ألعابه بيديه. ذراعا الجنين تأخذ في الظهور قبل ساقيه، ويستطيع الرضيع التحكم في حركات رأسه ثم يتقدم تدريجيا المناطق الأبعد عن الرأس، فيحرك الطفل عضلات الجذع مثلا قبل تحريك عضلات اليدين والقدمين. اسبقية النمو المتعلق بأجهزة التنفس والهضم على النمو الطريفي

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

العوامل المؤثرة في النمو

الوراثة	التنبؤ بخصائص السمات الجسمية والعقلية ، من شابه أباه فما ظلم ، هذا الشبل من ذاك الأسد يختلف سكان القطب الشمالي عن سكان خط الاستواء في الشكل واللون والقوام. تظهر صفة الصلع في الذكور وتنتج بحيث لا تظهر في الإناث، عمى الألوان مرض تظهر صفته في الذكور بنسبة ١٠٠٪ بينما يظهر في الإناث 10% أكد خبراء الطب أن بعض الأمراض النفسية مثل القلق النفسي والاكتئاب الذهاني ينتشر في التوائم المتطابقة
الغذاء	أن المجاعات والحروب والفترات الحروب والتلوث تعتبر مسئولة إلى حد كبير عن تأخر نمو الأطفال . الصحة هي الثروة الحقيقية التي تحققها أنت وليس قطعة من الذهب أو الفضة الصيدلية الأفضل والأكثر كفاءة ضمن نظام الفرد الخاص.
الأسرة	يدك منك وإن كانت شلاء.. والدم لا يمكن أن يصبح ماء من شب على شئ شاب عليه ، عندما تتقف امرأة فإنما تتقف أسرة بأكملها كن لإبنك معلماً وهو طفلاً وصديقاً حين يكبر ، النسق الأول المسؤول عن تربية الطفل.
رياض الأطفال	يوكل إليها تصحيح الكثير من الأخطاء التي يقع فيها الوالدان الوعاء على شكل قديم تصهر فيه الفلزات وغيرها جماعة اجتماعية تعمل على تضيق الاختلافات الاجتماعية بين الأطفال أن الطفل إذا وضع في بيئة مليئة بالأطفال الذين هم من نفس عمره يشجعه على النطق والكلام .
المدرسة	جماعة اجتماعية أكل إليها المجتمع غرس القيم المنشودة بشكل مقصود ليصبحوا مواطنين صالحين بيئة توسعية تسعى لتحميل الفرد مسئوليات أكبر حيث تحتم على الأفراد القيام بمهام تناسب مراحلهم .
جماعة الرفاق	من صاحب الأندال حقر، ومن جالس العلماء وقر تهدف إلى إبعاد الطفل عن شبح العزلة والانغلاق على ذاته تساعد الطفل على الوصول إلى مستويات الاستقلال سائر ممثلي السلطة
وسائل الإعلام	تقوم بدعم القيم الشائعة من خلال التعبير عن الثقافات السائدة والكشف عن الثقافات الضمنية
الانترنت	من الملاحظ على معظم الأجيال الحالية الاعتماد الكلي على الوسائل التكنولوجية مما أدى إلى قلة النشاط وظهور أمراض الظهر من كثرة الجلوس وعدم الحركة.

غدة تفرز هرمونات مهمة جداً في تنظيم عمليات الأيض الجسم والمنسولة عن تنظيم ضربات القلب والتنفس ونشاط الجهاز الهضمي والوزن والعضلات / المواد الكيميائية الموجودة في الدماغ هي المسئولة الإجرامى وبين المواد الكيميائية والعصبية التي توجد بالدماغ.

مرحلة ما قبل الميلاد : مرحلة تأسيس وضع الأساس الحيوي . الرجوع للملزمة الرئيسية .

الاستجابات الانعكاسية الرضاعة / دمج المهارات البصرية والحركية

الرضاعة : انطلاق القوي الكامنة / نمو الذات ويتكون مفهوم الذات والاستقلال والاعتماد النسبي على الذات .

الطفولة المبكرة : ينمو مفهوم الذات (الانا) نمو الوعي الانفصال عن الوالدين (ما حك جلدك الا ظفرك فتولي انت امرئ) .

الابتدائية	ما قبل المدرسة الابتدائية	مرحلة الرضاعة
- يتسم النمو الجسمى بالبطء وتغير نسب النمو في هدوء ولا تطرأ زيادات مفاجئة في الحجم.	- الأسنان: تستمر في الظهور ويكتمل عدد الأسنان المؤقتة ، ويبدأ تساقطها تظهر الأسنان الدائمة ويعانى بعض الأطفال من التسنين.	1. معايير النمو الجسمى: تختلف باختلاف عوامل الوراثة والبيئة وباختلاف النوع.
- ويبدأ وزن الطفل تقريباً من حوالي 3-4 كجم، وطوله من 120-122 سم في نهاية هذه المرحلة أي سن 12 سنة يبلغ طول الطفل تقريباً 146 سم، والوزن 36-38 كجم.	- الأطراف: تنمو نمواً سريعاً، وينمو الجذع بدرجة متوسطة.	2. النسب بين أجزاء الجسم: جسم الرضيع يختلف عما هي عليه لدى الراشد، فبينما يبلغ طول رأس الرضيع ربع طول الجسم نجد أن طول رأس الراشد تبلغ ثمن طول الجسم.
	- الطول: يتأثر بإمكانية النمو لدى الطفل ويزداد نمو الجذع واستطالة العظام وفقدان الشحم الذي كان ملاحظاً في مرحلة الرضاعة.	3. تماطؤ نمو الرأس وإسراء: نمو الجذع والذراعين والساقين ، ومعنى ذلك أن النسب الجسمية تختلف لدى الوليد عنها لدى البالغ.
	- الوزن: يزداد بمعدل كيلو جرام واحد تقريباً في السنة ، ويكون البنون أقل وزناً بدرجة بسيطة من البنات .	4. عملية التسنين: حيث يبدأ ظهور الأسنان اللبنية أو المؤقتة في الشهر السادس، وقد يتأخر ظهورها إلى الشهر الثامن.
	- فضاريف الهيكل العظمى: تبدأ بالتحول إلى عظام ، ويظل الهيكل العظمى في هذه المرحلة غير ناضج وتزداد عظام الجسم حجماً وعدداً وصلابة مع النمو.	5. العضلات: تنمو في حجمها وتزداد القدرة على التحكم في العضلات الكبيرة.
	7. ينصح الأطباء وخبراء التغذية بضرورة منح الفرد القدر الكافي من البروتين والكالسيوم	6. الفروق بين الجنسين: يظل الذكور أكبر حجماً وأثقل وزناً وأطول قليلاً من الإناث، إلا أن الأسنان تظهر مبكراً لدى الإناث عنها لدى الذكور.
	- العضلات الكبيرة: تنمو بصورة أسرع من العضلات الصغيرة الدقيقة.	

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

النمو العقلي هام جداً

مرحلة الرضاعة	المبكرة	الوسطي المتأخرة
<p>الذكاء يكون حسياً</p> <p>حركياً وليس تجريدياً</p> <p>ؤلية لعبة بعيدة،</p> <p>ويحارب للوصول إليها</p> <p>زحفاً على بطنه أو</p> <p>الإشارة للحصول عليها</p> <p>ولا يستطيع استخدام</p> <p>الرموز أو اللغة بكفاءة</p>	<p>التفكير الحسي</p> <p>والتمركز</p> <p>حول الذات،</p> <p>ولا يستطيع</p> <p>الطفل في هذه</p> <p>المرحلة أن</p> <p>يركز على</p> <p>بعدين أو أكثر -</p>	<p>يدخل الأطفال في المرحلة الثالثة من مراحل النمو المعرفي الأربع التي حددها</p> <p>بياجيه وهي مرحلة العمليات العيانية " الحسية"، والقدرة على التفكير المنطقي</p> <p>في الأمور الحسية". تمكن الطفل من إجراء عمليات التصنيف، ويستعمل</p> <p>الاستقراء بمعناه الصحيح ويميل إلى التعميم السريع. والتفكير العكسي.</p> <p>ومن مظاهر النمو المعرفي أيضاً حب الطفل للاستكشاف ومعرفة المجهول، وهذا الحب</p> <p>للمعرفة لا بد أن يقابله رعاية معرفية من الوالدين متمثلة في توفير مصادر</p> <p>للمعرفة (كتب، مجلات، زيارات لأماكن أثرية، مشاهدة التليفزيون).</p> <p>تشجيع الطفل على التعلم الذاتي</p>

النمو الانفعالي

مرحلة الرضاعة	المبكرة حدة الانفعالات	الوسطي المتأخرة استراة الحارين
<p>ومن أهم</p> <p>انفعالات هذه</p> <p>المرحلة: الفرح</p> <p>أو الحسب أو</p> <p>الخوف، أو</p> <p>الغيرة أو الغضب</p> <p>أو البكاء -</p>	<p>انفعال الخوف: يلاحظ أن البنات أكثر تعرضاً للخوف من</p> <p>الأولاد، كما أن الأطفال بعضهم يخاف من الحيوانات، أو</p> <p>الظلام، أو الأطباء.</p> <p>* انفعال الغضب: عند حرمانه من إشباع رغبته، أو</p> <p>عندما تعاق حركته، وتكون هذه النوبات في صورة احتجاج</p> <p>وعناد ومقاومة، وقد يشور الطفل ويرتدى على الأرض أو</p> <p>يركل الأرض بكلتا قدميه.</p> <p>* انفعال الغيرة: تدب نار الغيرة في نفس الطفل عند</p> <p>ميلاد طفل جديد.</p> <p>بعقدة قابيل والتي يكون فيها الطفل على قناعة تامة</p> <p>بتهديد مملكته والتي طالما تربع على عرشها دون شريك</p>	<p>- تتسم هذه المرحلة خاصة الثلاث سنوات</p> <p>الأخيرة منها بالهدوء والثبات الانفعالي</p> <p>ويسمى بعض الباحثين مرحلة الطفولة</p> <p>الهادئة، وذلك مقارنة بمرحلة الطفولة</p> <p>المبكرة التي تتسم بحدة الانفعالات، وقياساً</p> <p>على فترة المراهقة التي تتسم بعدم</p> <p>الاستقرار الانفعالي.</p> <p>- وتتسم شخصية الطفل بتقبل الضوابط</p> <p>والنظام والطاعة</p> <p>الهدوء، أسلوب راق لا يعرفه كل البشر</p>

النمو الاجتماعي

مرحلة الرضاعة	المبكرة	الوسطي المتأخرة
<p>يبدأ الطفل في</p> <p>إقامة علاقات</p> <p>اجتماعية</p> <p>وانفعالية مع</p> <p>والوالدين وترتبط</p> <p>قدرة الطفل في</p> <p>إقامة هذا لعلاقات</p> <p>بمدى إدراكه لرعاية</p> <p>ومحبة والديه له</p> <p>والاهتمام به واللعب</p> <p>معه.</p>	<p>- يبدأ الطفل في هذه المرحلة في التعلق</p> <p>بالوالدين خاصة بالأم.</p> <p>- يستطيع أن يميز اجتماعياً بين</p> <p>الأشخاص المألوفين له مثل الأب والأم</p> <p>والأشقاء وبين الغرباء.</p> <p>- يستطيع أن يعبر عن عمق العلاقة مع</p> <p>الأم بالابتسام والشعور بالراحة عندما</p> <p>يراهما وتعتبر هذه المرحلة بداية ظهور</p> <p>الذكاء الاجتماعي.</p> <p>عقدة اوديب</p>	<p>- يتسع العالم الاجتماعي: للطفل بالتحاقه بالمدرسة حيث</p> <p>يواجه الطفل في هذه السن جماعتين جديدتين وهما:</p> <p>المعلمون والأقران، ويظل تأثير الأسرة مستمرا على الطفل.</p> <p>- ويبدأ الطفل في هذه المرحلة الانخراط وتقبل معايير</p> <p>المجتمع: يكون سلوكه الاجتماعي متسقاً مع هذه المعايير،</p> <p>وهو لا يفعل ذلك لتجرد الحصول على الدعم والإثابة من</p> <p>والوالدين والآخرين، ولكنه يفعل ذلك تحقيقاً لذاته حيث</p> <p>يشعر بالرضا عندما يقوم بسلوك اجتماعي مرغوب</p> <p>ويكون هنا التدعيم ذاتياً وليس خارجياً.</p>

الصفات الإيجابية

مرحلة الرضاعة	المبكرة	الوسطي المتأخرة
<ul style="list-style-type: none"> يكتسب الطفل (الثقة) في السنة الأولى، الاستقلالية في السنة الثانية. وينظر بتفاؤل إلى المستقبل وإلى العالم وينظر إلى الآخرين على أنهم معطاءون جديرون بالثقة ويمكن الاعتماد عليهم مما يهيئ للطفل لإقامة علاقات اجتماعية لاحقة مع الصديق، مع الزوجة، ومع الابن. نتيجة لحصول الطفل على الرعاية المناسبة المتاملة في الرضاعة والحب والاهتمام. 	<ul style="list-style-type: none"> إذا توافرت ظروف نفسية اجتماعية مناسبة للطفل فإنه يكتسب الاستقلال الذاتي وقوة الإرادة وهذا يتوقف على مدى ما يشعر به من محبة من الوالدين ومدى السماح لأطفالهم بالحرية. ويكتسب الطفل القدرة على التحكم وتزداد دافعيته للإنجاز. إن استخدام أسلوب التشجيع، سواء المادي، أو المعنوي، يحجب الطفل في أداء ما هو مطلوب منه، وترك العادات 	<ul style="list-style-type: none"> - القدرة على التفكير الاستدلالي وربط كل سبب بنتيجة وعلى تنظيم الذات. - والتواصل مع الأسرة والأقران أن الطفل يصبح قادر على أن يساعد غيره مما يجعل الطفل يشعر بالكفاية والذات الاجتماعية. - التمكن حيث يهتم الطفل بالكيفية التي صنعت بها الأشياء، كما يهتم بالإنجاز الأكاديمي.

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

النمو اللغوي والحركي : الرجوع للملزمة الرئيسية .

المراهقة : أن عملية النظام النفسي لدى المراهق

يمكن تشبيه الصديق بالدرج من الممكن أن يصعد بك إلى أعلى المراحل ومن الممكن أن يهبط بك مع الرفاق	تحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق
فيبحث المراهق عن إجابات مقنعة لتساؤلات ترتبط بالتغيرات الجسمية والفيزيولوجية. ينصح علماء النفس الأباء بضرورة السماح لأبنائهم باللعب مع أقرانهم من نفس النوع بالإضافة لإكسابهم المهارات السلوكية التي تدعم طبيعتهم النوعية	تحقيق هوية الجنس توحد مع الوالد
استخدام التفكير المنهجي، في تحديد الأهداف المستقبلية المحتملة (على سبيل المثال ، ماذا أريد؟) / بالنسبة الى مستوى الطموح عند المراهق فيكون عاليا جدا.	اتخاذ قرارات المستقبل الإبطال الجماهيرية
نمو المفاهيم المعنوية مثل الخير والفضيلة والعدالة	تنمية القيم و المعايير

النمو الجسمي والاجتماعي : الرجوع للملزمة الرئيسية .

النمو العقلي

التركيز مرتبط بالذكاء ويساعد على التحصيل ويزيد التذكر هو أساس النجاح.	الانتباه
القول بأن ادراك المعلومة في سياقها والفهم وليس حفظ الي .	التذكر
يتخلى الفرد عن اعتبار العصا حصانا لينطلق لعالم أوسع يسطر فيه آماله وأحلامه التي يبتغيها / إقامة تصورات لها داخل العقل ، حيث يستطيع المراهق خوض خبرات مجردة كان لا يستطيع استيعابها ، على الإنسان أن يحلم لكي يعيش المستقبل في الحاضر	التخيل المجرد

النمو الانفعالي : هام جدا جدا

نقد سلوك المراهق امام الاقارب والمعارف وتريد لا يعرف مصلحته . الحل : مناقشة الأبناء وتقبلهم ووضع قواعد مره للسلوك.	المعاملة السلطوية غير المدركة للتغيرات
ينشأ المراهق في مجتمعاتنا الإسلامية مع التشبع بالكثير من معاني العفة والاستقامة، تجعل سلوكه اليومي ميدانا للصراع والتجاذب بين ما يتصل بمعاني العفة والشهوة الحل : عقدت ندوة بعنوان مشكلات مرحلة المراهقة حيث ركز المحاضر على توعية أولياء الأمور بكيفية التعامل مع المراهقين بشأن شعورهم بالحرج الناجم عن تغيراتهم الجسمية والفيسيولوجية الامر الذي يستتبعه رغبة ملحة في التعرف على الجنس الآخر	الصراع بين دوافعه الجنسية وبين الموانع
الحل : الحرية ورفض السلطة والتمرد والاعتماد على الذات ويجادل ولا يشك في راية .	الاستقلال عن والديه
ظهور شعر اللحية والشارب لا يعني بالضرورة الوصول للنضج العقلي والاجتماعي بالشكل الذي يمكن الفرد من القيام بالأدوار المنوط بها مراهقين بأجسام كبار ولكنهم غير ناضجين . الحل : تبصير المراهق بعظمة المسؤوليات التي وقعت عليه ، وتعليمه كيفية الوفاء بالأمانات	عدم توازن جوانب النمو تفاوت جوانب النمو
الرغبة في الالتحاق بأحد الكليات ولكن قدرات لا تسعة .	القصور وتأكيد الذات

النمو الخلقى : تحل المبادئ العامة محل المبادئ الخاصة يتفق مع مبدأ من العام للخاص، الضوابط الداخلية الضمير .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

الشخصية : الفصل الاول 2 الثاني 3 الثالث 4 الرابع 2

الشخصية كمنير	الشخصية كاستجابة	الشخصية كتنظيم داخلي البورت
المثير هو الحادث الذي يستطيع الملاحظ الخارجي تعينه مفترضاً ان له تأثيراً او انطباع كمن الفعل ولا تكن رد الفعل نقد فلمنج : الزينة الجميلة قد تغطي لحما هزيلاً.	بأنها مجموعة الانشطة وردة فعله وسلوكه علي مختلف المواقف الاجتماعية . مثال قولنا بأن فلان يتسم بقوة الارادة فهو قادر علي مواجهة المخاوف والعقبات التي تعترض تحقيق اهدافه . يمكننا من التنبؤ بما سيفعله الشخص حينما يوضع في موقف معين . نقد : الاستجابة نسبية متغيرة من موقف لآخر ومن فترة لآخرى.	الشخصية في تغير ونمو دائما لانها ديناميكية فلو شخص يتسم بالحزم والصرامة وتوفرت سمة اخري مثل الدفء فان الشدة والصرامة ستختلف فكل سمة تكتسب قيمتها بوجودها مع سمة اخري . دينامية الشخصية الانسانية استجابة الأفراد ليست فيزيائية و ليست ميكانيكية فهي استجابة مرنة فانها تتأثر بطبيعة المواقف الاجتماعية والمرحلة العمرية للفرد

نظريات الشخصية

هيبوقراط الانماط	طبيعة الجسم تحدد طبيعة الفرد الانفعالية . اربعة انماط علي اساس الامزجة والسوائل وتقابلها العناصر الاربعة للحياة وهي الهواء والتراب والنار والماء .
السوداوي : أن هناك اناس ليس لهم من ثرواتهم الا الخوف من ضياعها . الصفراوي : المتعصب لرائه امرؤ لا يريد تغيير الموضوع . الدموي : سريع الاستجابة سهل الاستئثاره مرح متفائل نشيط . البلغمي : يتصف بالهدوء وفقر الهمه والجمود النفسي وهو قليل الاستجابة .	زلات اللسان الاخطاء اللفظية المستمدة من العقل اللاوعي من ينظر إلى المرأة يرى المظهر : لو نظرنا إلى دوافعه الخفية نري جوهر شخصيته . الاستبطان : منهج محدد بأسئلة وزمن معين مثل هل تخاف من الظلام . بينما التداعي الحر : غير محدد بأسئلة احكي لي عملت اية في حياتك المدرسية بدون توجيه اسئلة .
فرويد التحليل النفسي طفولة مبكرة دوافع لاشعورية صراعات والاحباطات الطاقة النفسية . ميكانزمات دفاعية . الفرويديون الجدد اريك اريكسون كادين هورني هاري ستاك سوليفان	أن البيئة نفسها هي المهددة لثمومهم فبعض الاباء غير قادرين على اشباع حاجات الطفل . السيطرة . العزلة الحماية الزائدة . المحاباة . العدوان وعدم الاتساق في التعامل مع الطفل والاستخفاف به بالإضافة الى الافتقار الى التشجيع والدفء كلها جميعاً من شأنها فقدان الطفل للأمان وشعوره بالعدوانية . لا بد من ربطها بالعملية الاشتراكية ، ويرى ان الانسان لا يولد بالقدرات العقلية انما العادة يكتسبها عن طريق التعلم . ويرى ان السلوك المرضي تم اكتسابه وبالتالي يمكن التخلص منه . تجربة البرت الصغير والفار . اعطوني اثني عشر من الاطفال الرضع الاصحاء وسوف اقوم بتربيتهم وسأضمن ان اختاري شخص منهم واقوم بتدريسه ليصبح بغض النظر عن مواهبه وميوله وقدراته وعرقه اي نوع المتخصصين الذين اختارهم كطبيب او محام او فنان او لص او متسول . هذه النظرية التي جعلت لعلم النفس علم موضوعي قابل للقياس
واطسون السلوكية رفض العوامل الوراثية تلاميذة سكرندولارد ميلر .	تدرج الحاجات الانسانية عند ماسلو الحاجات الفسيولوجية الطعام والنوم ، حاجات الامان السلامة الجسدية ، الحاجات الاجتماعية الصداقة والعلاقات الاسرية ، الحاجة للتقدير الذات والثقة واحترام الآخرين والاحترام من الآخرين ، الحاجة لتحقيق الذات الابتكار وحل المشاكل . من انا وما الذي اقدر علي فعله ؟
ماسلو الانسانية ابرهام ماسلو	

الهيستيرية : الشخصية التمثيلية - محور الاهتمام - التصنع - تهويل الامور .

السيكوباتية : الاعتلال النفسي ويصاب بها الذكور اكثر من الاناث - عامل وراشي او صدمة حادة .

الاتجاهات

ملونات الاتجاه :

مكون معرفي	مكون انفعالي وجداني	مكون سلوكي (تحدد ما زرعتة)
وعي الناس تكوين فكر ايجابي عن النسق الديمقراطي كمفكر سياسي أدى إلى نشر السلام	ما يحدد في نهاية المطاف الاراء هي المشاعر ، وليس الكليات الفكرية . الخوف هو أسوء مستشار للإنسان	ساهمت في حملة تبرعات خاصة بمستشفى مجدي يعقوب لأمراض القلب . ميل لتطبيق اتجاه اقتصادي أو سياسي معين . يعد تأييد أحد الأشخاص لمفكر تطبيق جمعيات تناهض ضد العنف .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

أهمية دراسة الاتجاهات : هريوت سبنسر

- ثابتة : اتجاه الفرد المؤيد لحق المرأة لا يتغير بسهولة .
- مكتسبة قابلة للتطوير والتعديل : يمكن تعليم الاطفال اتجاهات ايجابية نحو الوجبات الصحية .
- الكيفية : شغف الطالب بمادة الرياضيات لا يتغير ابدا عن حصة الرياضيات .
- التنبؤية : من لديه اتجاه ايجابي نحو التدريس نتوقع التحاقه بكلية التربية .
- رسم حدود الصلة : رفض اللجوء للدجالين لانه يتعارض مع القيم الدينية في المجتمع .

خصائص الاتجاه :

- مكتسبة : بالملاحظة والتقليد .
- ترتبط بحياتنا الاجتماعية : اشترك الكثيرون في اتجاه ايجابي نحو تفضيل نجم سينمائي .
- تجربتك تنتج تكون اتجاه ايجابي او سلبي لانه لا ينشأ من فراغ .
- تتعدد وتختلف : تتنوع الاتجاهات بين مهنية (محاماة شرطة ..) ورياضية (كرة القدم وكرة اليد ...)
- مكونات الاتجاه : معلوماتك - عاطفك - مؤازرتك .
- خبرة سابقة : تجربتك السابقة توجه في الحاضر وتجعلك تنتظر الجديد في المستقبل .

وظائف الاتجاه :

- تمدد السلوك وتفسره : اتجاه ايجابي نحو العمل التطوعي يدفعك للانتساب للمؤسسة الخيرية .
- تنظم العمليات : اتجاه نحو ممارسة الرياضة ينظم المعلومات الصحية والنفسية ودوافع الانجاز .
- تنعكس علي اقوالنا : اتجاهك المؤيد للبيئة هيظهر في مشاركاتك لحملات تشجير الحي .
- تيسر اتخاذ القرارات .
- الاتجاهات تبلور علاقة الفرد وعالمه الاجتماعي : المشاركة السياسية .
- الاتجاهات توجه استجابات الفرد : الرفض لعمل المرأة يعارض عمل زوجته ثم ابنته ويرفض توظيف الاناث في شركة .
- تساعد الفرد ان يشعر ويدرك ويفكر بطريقة محددة في الموضوعات البينة الاجتماعية : فيقدر الفرد من يتفق معه او يختلفين معه .
- مسيطرة الفرد : رفض المجتمع للعنف والارهاب ومسايرة الفرد لذلك للتكيف مع مجتمعة .

تغيير الاتجاهات :

- اذا كنا مدافعين فاشلين عن القضية فالاجدر بنا ان نغير المواقف لان تغير القضية .
- الجانب المهرفي : لقد كان لقوانين حقوق الانسان اثر في ارساء دعائم العلاقة الودية بين الامان وطائفة اليهود .
- يعتمد الأزهر الشريف المراجعة للمطهرين فكريا على اساس تعريفهم قواعد الدين الصحيح وتنفيذ شبهات الغلو .
- الحجج المنطقية : لا يمكن التغيير ان ينجح قبل ان تتوفر لنا ارضية صلبة نقف عليها لكي نتعامل بأيجابية مع التغيير .
- يساهم الاعلام في زيادة الوعي الضريبي الأمر الذي سيجعل المكلف يفهم معنى الضريبة وفوائدها للدولة والمواطن .

تغيير الاتجاهات : ركز هنا اوي

ضعف الاتجاه : عمل احد الاشخاص بوظيفة متواضعة وكانت قناعة به متذبذبة فسرعان ما رفضها وعمل بغيرها .

سطحية الاتجاه : الاتجاهات العرضية التي تتكون اثناء التفاعل في الرحلات او علاقات العمل المؤقتة والاتجاهات التي تتكون في الجماعات الثانوية كالاندية والمقاهي والنقابات . مثال : تغيير الاتجاه نحو احد اماكن التسوق التي كان يتردد عليها .

اتجاهات متساوية في قوتها تعدد البدائل : ككليات القمة يختاراي منها .

خبرات مباشرة : التعرف المباشر بمنتجات احدي الشركات

حيادية الاتجاه

تغيير الاتجاه امرا صعبا :

- قوة و صعوبة تغيير اتجاه التدخين لتعود الفرد عليه منذ المراهقة
- الجمود الفكري : ورفض سماع وجهات نظر الآخرين وضيق الاق.
- الانفعال الشديد : ادمان الانترنت . مرايا الحب عمياء
- تهديد الذات : الطبيب المشهور ذو الدخل المرتفع يرفض التأمين الصحي لانه خطر علي دخلة .
- رفض العمال التوسع في استخدام تقنية الروبوت والذكاء الاصطناعي مؤكدين أن ذلك يعتبر قتل للأبداع والمهارة البشرية
- رغم عن ارادة : تغيير رغبتك في الميول الادبية رغما عن ارادتك .
- الدوافع القوية للانجاز مثلا .
- الحيل الدفاعية : التبرير مثلا .

قناة
العابرة ٣ أدبي

رابط القناة علي تطبيق Telegram

@OW_Adbly



مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

عوامل المؤثرة في القيم :

الفرق بين القيم والاتجاهات :

القيم الاحترام الرحمة والتعاون مفهوم اجتماعي يتعلق بالاشياء العامة ومحددة ومجردة الامانة الاخلاص الصدق ونظرة الشعوب لها ، اما الاتجاهة فهو مفهوم فردي وجهة نظر الانسان يتعلق بمواقف الافراد .
 اصل كلمة قيم المقاومة والصلاية وعدم الخضوع للمؤثرات .

لوالامتحان سخي هيجيبوا الحنة دية :

التعريف: القيم **الجمالية** : ميل الشخص لما هو جميل ، **القيم الاجتماعية** : ميل الشخص واهتمامه بغيرة وحب مساعدة الناس ، **القيم الدينية** : ميل الفرد واهتمامه بمعرفة اصل الانسان ومصيرة وما وراء العالم الظاهري ، **القيم الاقتصادية** : ميل الفرد واهتمامه الي ما هو نافع في العالم المحيط واعطاء الأولوية للمنافع المادية.

الاطار النفسي للقيم الثاني	الاطار الاجتماعي الاول
فلماذا لا تفصل مبادئنا بأنفسنا . إن أحب الأشياء إلي قلبي هو الذهاب يوميا إلي صالة الألعاب الرياضية (الجيم) لممارسة الرياضة	ما يفضلنا المجتمع من مبادئ قد لا يناسب أجسادنا

خصائص القيم :

عمومية وشمولا :	الثبات :
تتمركز كل تجمع من الاتجاهات حول قيمة ما فهي لا تتحدد بموضوعاتها علي نحو مباشر بل بمثل مجردة تتجاوز الامواضع الجزئية فموقف الفرد من علم الفزياء يحدد اتجاهه اما موقفه من العلم فيحدد القيمة العلمية التي يتبناها . يؤكد الباحثين أنه إذا كان يوجد لدى الفرد الألاف من الاتجاهات فإنه يوجد لديه فقط العشرات من القيم .	اكثر اهمية في حياة الانسان والمجتمع فمستوي عقيدة الفرد بقيمة . كثيرا ما نري مواطنين عربا متمسكين بالقيم الشرقية رغم انتقالهم للقامة بدول غربية لها قيم مختلفة . القيم الدينية والخلفية التي ينشأ عليها الأفراد تلك يصعب تغييرها .

جانب تفضيلي اخلاقي: يتناول الباحثون عادة مسألة القيم من خلال بحثهم في السلوك الاخلاقي:
 القيم الأخلاقية والاجتماعية كما تتجسد في السلوك الإيثاري والتعاوني والإحساني، تتأثر بسلوك الآخرين (وليس
 بأقوالهم أو مواظهم) .

كيفية اكتساب القيم :

نتاج لعملية التعلم : خلاق تثبت كالنبات إذا سقيت بماء المكرمات... وتقوم إذا تعهدا المربي علي ساق الفضيلة ثممرات.
 مبادئ التعلم الاجتماعي اتباع المثل الصالح القدوة : يسلك الصغار مثلهما يسلك الكبار التقليد بالملاحظة ، أو كأن يستمع
 الصغار لقصص الماضي أو من الحاضر عن منجزات رائعة يحثي بها .
 مبادئ التعلم الشرطي اساليب التهذيب : تشجيع الطفل .
 والقيم الاجتماعية والاخلاقية تختلف اختلافا كبيرا باختلاف القومية او الامة .

العوامل المؤثرة في القيم :

- **عامل السن :** صغار الاطفال يتسمون بالبراءة . مرحلة المراهقة بالقيم التي ترتبط بتأكيد الذات.
- **الخلفية الثقافية :** النظام والاحترام الوقت في المجتمع الياباني . نجد أن قيم احترام الوقت والإنتاجية من أهم القيم السائدة في المجتمعات الغربية ، وعلى العكس في المجتمعات العربية **الخبرات التعليمية :** طلاب التعليم الثانوي والتعليم الفني
- **الوضع الاجتماعي والاقتصادي :** مهن الوالدين ، وطبقاتهم غنية وفقيرة ومتوسطة . الشرائح الاجتماعية الثلاث العمال ، و
 الريضين الحضريين
- **الخبرات المدرسية :** التعاون والمشاركة الاجتماعية .
- دراسة علم نفس تنمي مفهوم الذات وتحديد الأهداف . ودراسة التربية الدينية تنمي الوسطية والاعتدال والبعد عن التطرف.

التنشئة الاجتماعية والقيم :

الأسرة هي التي تعدد القيم لأفرادها ما هو ملائم وما هو غير ملائم للسلوك من خلال دعم الدوافع الاجتماعية .
 وما حك جلدك مثل ظفرك.. فتقول أنت جميع أمرك الأسرة في تشكيل قيم الفرد للاستقلال .
 ولا شك أن الفطرية الموروثة لها دور في رسم ملامح الشخصية لكن الخطورة تكمن عندما يستثمر القدرات في الفداء
 والتضليل لما هو مؤذ ومضر لصحة المجتمع من حولة .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

الدرس الثالث:

مفهوم التوافق: في الوعي تجد مساحة السلام مع النفس ومع الآخر، والتي ترى الأشياء على حقيقتها مفهوم التوافق ليس مفهوم نفسي خالص بل مستمد في الأساس من الاحياء.

معني التوافق :

التوافق بالمعني الاول	التوافق بالمعني الثاني
من تعلم لغة قوما امن مكرهم القدرة على التعالي من الإصابة ليست يدل علي عدم عمقها ، ولكنها تعتمد على قدرتنا على قبولها . تأخذ دورة تدريجية .	ازرع شجرة تستظل بها ان وغيرك عندما تسوء الحالة الاقتصادية في بلد ما ، وبالتالي يتعذر على الإنسان أن يعيش عيشة مريحة فقد يلجئ إلى الهجرة تغير مهنتك محل سكنك مكان شغلك .

انواع التوافق

التوافق النفسي	التوافق الاجتماعي
إذا كنت لا تستطيع الرقص على نفس إيقاع الآخرين ، فريما كان ذلك لأنك تسمع موسيقى أخرى	إذا انتقلت لبيئة تتسم بارتفاع درجة الحرارة فانت تحاول زراعة بعض الاشجار كي تستظل بها أو بناء منزل يحميك من الحرارة و خاصة اذا توفر لديك مواد بناء عازلة للحرارة

الاحباط :

العوامل الداخلية الذاتي	العوامل البيئية
جوانب قصور: ذوى الاحتياجات الخاصة خصائص نفسية، مثل التوتر. نقص قدرات: ضعف القدرات البدنية التي تؤهل الطالب للالتحاق بكلية الشرطة . عدم كفاءة: الفشل في إيجاد فرص عمل لأحد الأشخاص نتيجة عدم اتقانه لطبيعة الاعمال الشخص الأمي يشعر بالاحباط نتيجة لعدم تمكنه من قراءة الخطابات و الصحف. لعدم فهم الشخص لنفسه: طموح والاهام اعلي من قدراتك.	ظروف مادية: عدم قدرة الطالب استذكار دروسه نتيجة انقطاع التيار الكهربى ، تأتى الرياح بما لا تشتهي السفن. ظروف اقتصادية ظروف اجتماعية . ظروف خارجة عن الفرد

الصراع

اقدام احماء	اقدام احماء	اقدام احماء
الشاب الذي يرغب بالزواج لكنه في نفس الوقت يعشق حريته وفرديته. أشد أنواع الضغط النفسي أن تتردد بين رغبتك في معرفة الحقيقة والخوف من سماعها. الطالب الذي يريد ان يصبح طبيباً جراحاً نظراً للدخل الكبير الذي يحققه ويخشى في نفس الوقت منظر الدم الإنسان من السهل أن يختار من يجب ولكنه الصعب أن يختار من سيتترك	ان تتزوج رجل لا تحبه او تترك دراستها الجامعية التي تحبها وترغب بإكمالها. الاختيار باستمرار بين أخف الشرين لا يزال اختيار الشر إما أن يدخل غمار المعركة ويضحي بحياته من أجل الأهداف التي يدافع عنها وإما أن يخشى على حياته ويترتب على ذلك الخيانة العظمى	الطالب الاول على الكلية والذي يخير بين التعيين وبين اكمال دراسته العليا عندما يتذبذب الفرد بين نوعى من السيارات كلاهما ممتازة. يطلب من الطفل الاختيار بين مشاهدة برامج التلفاز التي يحبها أو الخروج فى نزهة مع الوالدين

نتائج الاحباط والصراع هام جدا

نوع العائق	هنا يتكلم عن مصدر المشكلة وفاة احي الوالدين تختلف عن زحام المرور . وجود عاهة تختلف عن انقطاع التيار الكهربى .
الخبرة السابقة ماضي	المحاولات الفاشلة تجعل الفرد يستسلم ولا يحاول مجددا والمدير الناجح حتي لو في شركة بها عثرات سيسطيع ان يتنهد بها في وقت قصير .
تفسير الشخص للموقف	درجة شدة العائق تتوقف علي تهديده لذاته تعاظم مشكلة الفشل لدي البعض يرجع لضعف الوازع الديني لدي كثير من الناس الذين يتناسون ان الفشل مثله مثل اي مصيبة في الحياة هو من الابتلاءات التي يجرب بها الله سبحانه وتعالى عبادة الصالحين . واقع الخطوة يمضي ملكا الاواني الفارغة تحدث ضجة أكثر من الاواني الممتلئة وكذلك العقول الفارغة .
طبيعة الدافع	رغبة الطفل في الرضاعة تختلف عن دافع اللعب والترفيه .
إمكانية اشباع الدافع بطرق مختلفة	كانت لديك رغبتك في مشاهدة مباراة كرة قدم وحدث انقطاع للتيار الكهربى في منزلك ومن ثم تمكنت من مشاهدتها في احد المقاهي . إذا كانت المطرقة هي الأداة الوحيدة التي معك فستعامل مع جميع الأشياء على أنها مسامير تعطل السيارة بمفرده يختلف عن تعطلها وحوالك العديد من مراكز الصيانة .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

مظاهر القلق الرجوع للملزمة.

مستويات القلق : علاقة الأداء بمستويات القلق علاقة منحنية

المعتدل	المنخفض	المرتفع
يعد القلق الذي يكون بمثابة حافز للنجاح والتفوق. المفترض أن يدفعنا القلق إلى العمل وليس إلى الاكتئاب، فليس حراً من لا يستطيع السيطرة على نفسه عند الإمتحان يكرم المرء أو يهان	يعد النمط البلغمي	القلق الدائم هو نوع من الحماسة. فهو مثل المشي دائماً وأنت تحمل مظلتك خوفاً من المطر الحضارة تبنيها الأفعال ويهدمها الانفعال

الخوف من كلب شرس امامي القلق السير في مكان هادئ وقلق من ظهور كلب لم يظهر اصلا

الاساليب المباشرة لحل الصراعات والاحباطات

تعطي حالا حاسما ونهائيا

- **بذل الجهد** : مقدمة البرامج الامريكية في بداية حياتها تم طردها من عملها كمذيعة ولكنها طورت من مهارتها وقدراتها وهي الان من انجح المذيعات. الذين يعرفون فرحة الوصول الي اعلي السلم هم الذين بدأوا من اسفلة. بقدر الكد تكتسب المعالي ومن طلب العلاء سهر الليالي ومن رام العلاء من غير كد أضاع العمر في طلب المحال. لا يمكنك تسلق سلم النجاح ويذاك في جيبك يهب الله كل طائر رزقه ولكن لا يلقيه له في العش. (التعب)

- **البحث عن طرق اخري** : لو فشلت خطة المباشرة في الشوط الاول يضع خطة بديلة مع بداية الشوط الثاني. احيانا تكون واضع الكرسي في الاتجاه الخاطئ. لا تقل أن الدنيا تعطيني ظهرا، فريما أنت من يجلس بالعكس. مرونة التفكير. أحيانا تحاول فتح الباب، فتمش. فندفعه بقوة، فنتألم. ثم نكتشف أنه يفتح في الاتجاه الآخر فنضحك (تعديل طريقة تفكيرك - تعديل الخطة - تغيير الاسلوب)

- **استبدال الهدف بغيره** : الفنان عزت ابو عوف خريج كلية الطب ولكن قرر اتباع شغفه في الموسيقى فأسس فرقة موسيقية.

- **اسلوب حل المشكلة** : الطالب الذي يتردد في الاختيار بين كليتين يجمع معلومات عنهم، لا تتحقق الأحلام بدون تقرير المصير والأخذ بالأسباب وتحليل تلك الأحلام، جوهر التخطيط يكمن في إيجاد صيغ عملية لجعل أنشطتنا اليومية

الاساليب الغير مباشرة : الحيل الدفاعية

الكبت	وسيلة دفاع نفسي أولية لاشعورية يستخدمها الفرد لدفع ما ليس مقبولا على المستوى الشعوري إلى ساحة اللاشعور. الأحلام عادم يخرج فضلات الروح ورغباتها الخفية من اقوال سيجموند فرويد نحن نسعى لأن نتجنب الألم أكثر من سعينا لأن نجد السعادة
الاعلاء التسامي	من آليات الوقاية التي يعتمد إليها العقل البشري للحفاظ على توازنه والتخفيف من توتره الداخلي الناجم عن قيامه بأشياء سادية تدفعه إليها غريزته عبر توجيهه إلى فعل ذو قيمة عالية وتستحوذ على رضا الجميع، كلما أساء لي أحد أحاول أن أرفع روعي عاليا.
الازاحة	تحويل المحتوى العاطفي والانعكاسي من فكرة ما (أو شخص ما) يحول ولي الأمر مشاعر القسوة التي يكنها تجاه مديره الذي لا يقدره حق قدره إلى أبنائه. جندي المرور الذي يعصب من رئيسه في العمل فيبدأ بافتعال مشاكل مع قائدي المركبات. الطفلة التي تغضب من عصف أمها معها فتبدأ بتقل مشاعر الانتقام على دميها
التقمص	عندما لا نعيش في حياة واقعية يبدأ الفرد في خلق عالم وهمي يصبح فيه البطل في كل جوانبه يقوم الطفل بشخصية الجراح ويحاكي سلوكهما في إجراء أو خلع الضرس، عكس الاسقاط محارب للشر مثل سوبر مان وقيامه بتدمير ألعابه باعتبارها من مصادر الشر
النكوص الرجوع الوظيفي	يلجأ فيه الفرد إلى التقهقر وهي مرحلة سابقة من مراحل العمر وممارسة السلوك الذي كان يمارسه في تلك المرحلة لأن هذا السلوك كان يحقق له النجاح في تلك المرحلة العمرية شخص بلغ من العمر أزدله توجه إلى أحد مصففي الشعر لصيغ شعره الأبيض باللون الاسود

التعويض (الدونية)	التبرير	الاسقاط
فتاة غير جذابة تعوض ذلك الشعور بالنقص الجسماني عن طريق التفوق الأكاديمي. قصار القامة الذين يسلكون سلوكا يتسم بالهزم والعدوانية والتسلط (اقرع دفنة طويلة قال شئ يعوض شئ)	تبرير التأخر في الوصول للعمل بسبب صعوبة المواصلات. الموظف الذي يعمل في وظيفة متواضعة ويوصفها انها توفر له السلام والهدوء. تبرير الاسراف بأنه نوع من الكرم. الفشل في الوصول لكلية ووصفها ان مستقبلها غير مضمون.	الطفل الذي يكذب يتهم اخوة بأنه لا يقول الحقيقة. الحسود يحذرك دائما من الحسد. يظهر الاسقاط في صورة يوسف في كلام امرأة العزيز عندما اتهمت يوسف بأنه يريد بها سوءا (قالت ما جزاء من اراد بأهلك سوءا الا ان يسجن او عذاب اليم) فثن شعبي (عيوبي لا ارها وعيوب الناس اجري وراها) - تخفيف الادانة الذاتية والاثم يحمي بها الفرد نفسه بالصاق عيوبه وتسمي حيل دفاع الانا يسبب الشخص الي غيرة ميولا وافكارا مستمدة من خبرته الذاتية يرفض الاعتراف بها لم تسببه من الم وما تثيره من مشاعر الذنب

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

والفرق بينة وبين التبرير ان : الاسقاط عملية دفاع ضد الآخرين في الخارج اما التبرير فهي عملية كذب علي النفس .
اذا زاد الاسقاط يؤدي لمرض البارانويا وهذات والهالوس . **الانكار** نفي الواقع المزج
علم اجتماع الاول 1 الثاني 2 الثالث 5 الرابع 1
النظرية الاجتماعية : لهما مكانة متميزة فالبحث العلمي ، تحدد هوية العلم وتعمل كالبوصلة للعالم .

النظرية العلمية	النظرية الرياضية
التفسير الافضل للحقائق التي نشاهدها حولنا في الطبيعة والتي يجري باستخدام الملاحظة والتجربة فهي الشكل الأكثر موثوقية فالواقع تساعد علي استشراف المستقبل .	مجموعة من الفروض التصورية يسير في ترتيب متتابع بشكل استدلالي ، حيث نحصل علي أحكام من إرهابات سابقة تخص كل دارس على حدا .

لا تنسي :عناصر بناء النظرية

الشكل الاساسي : خطوة الاولى والأساسية في عملية التنظير وهي المكون الأعم الذي يتركب من المفاهيم والسياسات المتعددة للظواهر (الجواب ببيان من عنوانه) .

التصورات : مفاهيم .

الاحكام : قضايا فروض وبيدهيات ، حينما نتحدث عن ضرورة وجود صياغة للربط بين مفاهيم النظرية الاجتماعية على نحو نظري . مثال **الفروض بتامت المنطق** : ظاهرة ارتفاع معدلات الجريمة وعلاقتها بانتشار المخدرات .

التعريفات الأهرائية : تشيل اللبس والغموض عن اي مفاهيم غير واضحة . تحديد لفظ أو مصطلح بإبراز دلالاته الاستعمالية

المنهج المستخدم : الوسيلة التي يمكن بواسطتها الوصول الي حل مشكلة محددة او اكتشاف حقائق جديدة . (منهج المسح - التاريخي)

تحليل البيانات : الاحصاءات . زيادة معدلات الانتحار في اوساط الرجال بالمقارنة مع النساء بنسبة 70% .

تفسير النتائج : العلة او سبب الظاهرة . **تقييم البناء في ضوء التحليل والتفسير** : التحقق منها في الواقع بالملاحظة والتجربة .

وظائف النظرية

تحديد الاتجاه	نظرة العلماء باختلاف تخصصاتهم في جمع معلوماتهم مثل علم الاجتماع يركز علي المجتمعات المتطورة بينما عالم الانثروبولوجيا يركز علي البدائية . كانت الظاهر المدروسة هي « الملابس » ، فإن النظرية الاجتماعية توجه الباحث لجمع معلومات تتعلق بالعادات والتقاليد الخاصة بالملابس مثال : تتحكم في ذاتك عن طريق التحكم في افكارك .
تقديم اطار تصوري	العلم والمعرفة العلمية مرهونان بالتفسير وترباط الافكار والافتراض . ارصاهات تخيلية لادراك العلاقة بين الوقائع الاجتماعية . فحينما يدرك عالم الاجتماع علاقة مشكلة بكبر المجتمع ، او رجل الدين مشكلة مرتبطة بافتقار القدوة والابتلاعات ، او الشخص الجاهل انه لم تكون هناك مشكلا من الاصل . ان النظرية تنطوي علي توجهات تهد الباحث بالسياق العلمي الذي سيجري بحثه من خلاله .
تدوين الوقائع	قانون - فرض - مفهوم قانون المعادن تتمدد بالحرارة ، نظرية الضوء تحمل عدد لا حصر له من المعلومات الشخص الذي يسط ما هو معقد ومتناخر ومعقد . المختصر المركز خير الكلام ما قل ودل . يعمد القاص البارع في توفير لب الموضوع في كلمات قليلة تم استنتاج مفهوم التفاعل بعد قيام العلماء بملاحظة كثير من الاشخاص وتأثير كل منهم علي الآخر . فخذوا من كل شيء احسنه .
التنبؤ	التوقع استباق النتائج . إذا ما استطاعت الدولة القضاء على البطالة يؤدي لانخفاض الجرائم .
أوجه النقص	مازلنا نحتاج من معلومات تنقصنا او قصور لدينا . المحاولة للاقترب من الكمال النسبي . معرفةتنا المتدنية عن الضلك وما فيه من شمس ونجوم وكواكب ، وما فيه من شهب ونيازك ومجرات فإذا أردنا معرفةتنا لنجأ للنظريات العلمية الأخرى شعور الإنسان بجعله ضرب من ضروب المعرفة
ترشيد التطبيق	جدوي وغاية نهائية - ايجاد بدائل وحلول . الاعمال اعلي صوتا من الكلمات . توجيه الافكار لدورها الاجتماعي . المعرفة أمر جيد ، والإرادة شيء أفضل ، أما التصرف فهو أفضل الثلاثة .

معاني النظرية البنائية الوظيفية :

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

التعريف الأول	التعريف الثاني	التعريف الثالث
خدمة العملاء بتقديم الخدمات للعموم. دور كايم وبراون وما ليتوفسكي.	قيام الشركات بتوفير الرواتب للموظفين.	دراسة الظواهر الاجتماعية بوصفها عمليات واثار لابتية مثال ظاهرة البطالة و النسق القرابي مثل نظام التوريث والنظام الابوي والنظام الامومي .

الافتراضات الاساسية للبنائية الوظيفية: هام جدا

- النظرة للمجتمع نظرة كلية باعتبارها الكل الذي يحوي مجموعة من الاجزاء المترابطة .
- مثال المجتمع يتكون من عدة انساق فرعية مثل النظام السياسي والاقتصادي والاسري .
- تبادل وتكرار التأثير بين العوامل بعضها في البعض الآخر .
- مثال : وجود شئ ما سببه يرجع وجود شئ اخر .
- التوازن الديناميكي فالتكيف للقوى المؤثرة للنسق يحدث هد ادني من التغير : عندما تحدث توترات وضغوط التي تولد التغير داخل المجتمع فتؤثر على التوازن والمجتمع يحاول امتصاص التوترات والضغوط من اجل استعادة التوازن والانتظام ويظل محتفظ بحالة التوازن .
- مثال : النظام القيمي يتسم بالثبات النسبي فهو ليس ثابت بشكل مطلق وانما قابل للتغير بسبب الانفتاح والعوثة .
- التكامل التام لا يمكن تحقيقه لان كل مجتمع له انحرافاته .
- مثال لو حدث انحراف في السلطة التشريعية تتدخل السلطة القضائية لضبط الامور مرة اخرى .
- التغير بصورة تدريجية تلاحمية وليست ثورية مفاجئة .
- مثال : تغير العادات والتقاليد لا يتم بشكل فجائي وانما بشكل بطيء وتدرجي .
- التغيير مصدر خارجي : مثل الابتكارات والاخترعات او قد يحدث لعوامل داخلية مثل قيام ثورة اجتماعية .

الدرس الثاني التفاعل والعلاقات

الفرق بين التفاعل والعلاقات : عندما يلتقي فردان ويؤثر احدهما في الآخر ويتأثر به يسمى التغيير الذي يحدث نتيجة لتبادل التأثير والتأثر بالتفاعل . وعندما تكرر عمليات التأثير ويستقران يطلق علي الصلة التي تجمع بين الفردين العلاقات المتبادلة ، وكلما ازدادت العلاقات الاجتماعية المنتشرة داخل الجماعة ازداد اتصال الافراد مع بعضهم البعض وزادت ديناميكية التفاعل الاجتماعي ولهذا يدل مجموع العلاقات علي مدي التفاعل الاجتماعي . ابن خلدون .

التفاعل الاجتماعي	العلاقات الاجتماعية	العمليات الاجتماعية
لفظ مستعار من العلوم الطبيعية تعني التأثير المتبادل بين عنصرين أو أكثر ارسال واستقبال. مفهوم نشأ بشكل تلقائي وسلوك ضروري وغريزي باستخدام اللغة بين عدد من الافراد يحفز علي وجود مجتمع . حالة لا يتوقف: عنها الفرد طوال حياته وهو بداية الحياة الاجتماعية سلسلة من المؤثرات والاستجابات ينتج عنها. اساس قيام المجتمع .	التفاعل يؤدي بدوره الي علاقات اجتماعية عندما يتكرر التأثير والتأثر ويستقر يحدث صلة يطلق عليها علاقة ، اذا سادة الانسجام والتوافق استمرت الصلة اما ان شابة التوتر والقلق انقطعت هذه الصلة. هي هدف تواجدا وتحظي باهمية كبيرة لبناء المجتمع وتماسكة. الحياة الاجتماعية للبشر لا تخلو من ضرورة وجود روابط مثل القرابة والجيرة	النموذج المتسلسل للعلاقات الاجتماعية. تغير نمط الرعي الي نمط زراعي ثم لبناء المدن وظهور الامبراطوريات . عملية الهجرة . شكل ونمط اجتماعي قرابي يمثل خطوات متعاقبة متأخرة ببعضها البعض. الثورة الصناعية في أوروبا لعبت دورا هاما في تغيير نمط الانتاج الزراعي الي نمط صناعي جديد الامر الذي تبعه تغيير في نمط الحياة والذي مهد لقيام المدن الصناعية الكبرى

انواع التفاعل : المباشر وجهما لوجه

التفاعل الغير مباشر	التفاعل المؤقت	التفاعل التلقائي	التفاعل العرضي
قرارات الرئاسة التي تنشر في الصحف / اللوحات المرورية الموجة لسائقين السيارات ، الدروس الاونلاين تفاعل عبر وسيط.	طلب منك مسئول الان الاطلاع علي جواز السفر الخاص بك	الزرد علي استفسار احد المارة . رد فعل طبيعي .	مساعدة عجوز علي عبور الطريق . الصدفة .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

العلاقة بين الفرد والمجتمع: وفقاً للنظرية العضوية فإنه كما أن أجزاء جسم الحيوان مرتبطة وظيفياً ولا يمكن لأي منها أن يكون معزولاً عن الباقي، وبالتالي فإن أعضاء هيئة اجتماعية مرتبطة وظيفياً ببعضها البعض والمجتمع ككل.

أهمية التفاعل الاجتماعي	<p>- إشباع الحاجات الاجتماعية: نحتاج سلباً لتجنبك الحياة. سد الحاجات المادية استمرار الجماعة، وتحديد الأدوار وتقسيم المسؤوليات.</p> <p>- التفاعل له نتائج إيجابية على الشخصية: القيم والشخصية، أسوأ الناس تعطي لك درساً - تعلم الاختلاط بجميع أنواع البشر وواظب على الاحتكاك المستمر بهم لكي تتهدد الأجزاء الغير متساوية من عقلك وهذا ما لا تستطيع أن تفعله إذا كنت في عزلة، إذا تم تجريد الطفل من الاتصال بأصحابه عند الولادة، فسوف ينمو إلى «رجل وحشي دون معرفة بالكلام البشري دون أي مفهوم»</p> <p>- تماسك المجتمع: غرس القيم العامة بين الأبناء، أخلاق لكي تنظم المجتمع وتنمية من الفوضى.</p> <p>- النظام الاجتماعي لا يقوم من الطبيعة إنما هو ناتج الاتفاقيات (التي أولها شرط أخرة نور).</p>
أهمية العلاقات الاجتماعية	<p>- جانب اجتماعي: الاندماج والكيف والتأقلم. دائماً ما يأخذ الماء شكل الأناء، التكيف مع الجيران والاندماج مع الأقارب واصدقاء العمل وصلة الرحم.</p> <p>- جانب أخلاقي: القيم والمبادئ الأخلاقية. العلاقات الانسانية تنتكس عندما تتجاوز، حقوق الغير والاحترام والتقدير واحترام القواعد والسلوك المناسب والصدق مع الآخرين.</p> <p>- جانب نفسي: الحب يشفي الناس سواء أولئك الذين قدموا أو الذين حصلوا عليه. تمنحنا علاقاتنا الدعم والتشجيع العاطفي في الأوقات الصعبة. كما أنها تعطينا السعادة المشورة والدعم النفسي الصحة النفسية والسعادة وتمتع الكأبة.</p>

العمليات الاجتماعية:

عوامل التعاون: هام جداً جداً جداً

البيئي	العامل العقائدي	عامل نفسي فطري للتعاون
<p>وحدة المصالح المرتهنة المترتبة على جانحة كرونا جعلت الناس تتعاون للتغلب على عواقب مصائب الحياة.</p> <p>تتكاتف كل المراكز البحثية في العالم لإيجاد حل لتقرب الأزواج.</p> <p>يقوم سكان الصحراء بالعمل سوياً على حفر الآبار للحصول على المياه اللازمة لحياتهم في تلك المناطق</p>	<p>التربية والدين والقرآن والسنة.</p> <p>زود الصغار بجذور عميقة، وأمنج الكبار أجنة طليقة.</p> <p>وفقاً للعادات السائدة في اليابان في حالة الوفاة يقدم المعزون الهدايا لأهل المتوفى.</p>	<p>بتحقيق مصلحة الآخرين لا تقل عن المصلحة الشخصية، وأن يكون الآخرين بجانبك. حب لنفسك ما تحبه لغيرك.</p> <p>ما استحق أن يولد من عاش نفسه فقط لن يكون للجراح طعم أن لم يؤكل بمعلقة المشاركة والتعاون</p> <p>الأفراد في سعيهم لتحقيق مصالحهم الخاصة يحققون دون أن يشعروا المصلحة العامة</p>

أهمية التعاون: هام جداً جداً

الفرد	الجماعة	المجتمع
<p>الثقة والأمن والمحافظة على البقاء والنوع.</p> <p>سبيل محبة كل فرد للفرد الآخر.</p>	<p>فكرة النقابات المهنية السرعة وزيادة الإنتاج.</p> <p>ساعدوا بعضكم بعضاً، فواحدكم ليس وحيداً في الطريق، بل هو جزء من قافلة تمشي.</p> <p>إن كانت العصي في حزمة فمن غير الممكن تحطيمها</p> <p>الجماعة مثل الأسرة الرفاق فريق العمل المركز النقابة الجامعة القرية معسكر الجيران حزب المحافظة عصابة كلية.</p>	<p>أن التقدم والحضارة هما نتيجة جهود العبقريّة، لا نتيجة شريرة الأكثرية.</p> <p>عندما تقرر سحابة التعاون على حقول النفوس فإن زهور العطاء تنبت ..</p> <p>بعد الحرب العالمية الثانية ظهرت جهود الدول في مناهضة الصراعات والحروب، فأنشئت عصبة الأمم أولاً، ثم هيئة الأمم المتحدة بوكالاتها المختلفة التي تقدم العون المادي والفني وتعمل من أجل السلام في العالم.</p> <p>القضاء على الفقر والبطالة.</p>

التكيف: تلك الظاهرة أو العملية الديناميكية التي يهدف بها الشخص إلى أن يعدل في سلوكه ليكون أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من ناحية وبينه وبين البيئة التي يعيش فيها، العلاقة بين مستوى التوافق والتكيف والصراع النفسي داخل الفرد حال انتقاله من بيئته الأصلية وبيئته أخرى عكسية.

أهمية التنافس

رفع الروح التنافسية لديك تكمن في ملاحظة مواضع الاختلاف بينكم وبين منافسيك التنافس يدفع الفرد لموازنة نفسه بغيره

يتولد التنافس عن التعاون	سلاح ذو هدين	القوة المتكافئة
<p>لايات القدرات الخاصة.</p> <p>تسعى بعض البرامج التليفزيونية على تحفيز الهمم من خلال برامج مسابقات يتم عقدها بين طلاب المدارس بحيث يسعى كل فريق عن طريق التشاور البناء بينهم على تحقيق الفوز والحصول على أكبر عدد من النقاط</p>	<p>التنافس المفيد: الرغبة في الفوز تولد في معظمنا .. وإرادة الفوز مسألة تدريج .. أما أسلوب الفوز فمسألة شرف.</p> <p>التنافس السليبي: في بعض المباريات قد يسعى اللاعبون إلى إبراز أخطاءهم المتأخرة حتى وإن كانت سبباً في تشتت ذهنهم عن تحقيق الفوز لفريقهم</p>	<p>لأن القوي سينتصر على الضعيف ونخسر عضو نافع ذهب ضحية المنافسة الغير متكافئة.</p> <p>مثل المصارعة.</p>

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

خصائص التنافس :	اسباب الصراع :
<ul style="list-style-type: none"> - لا يجوز لعب فريق الناشئين مع من هم فوق سنهم - عدم اللجوء للفش. - تطوير الذات وليس الغيرة والكراهية . - يسعى الكل للمركز الاول . - تنافس اعمال فنية من بلاد مختلفة في احد المهرجانات الفنية . - وعملية مستمرة . 	<ul style="list-style-type: none"> - زيادة الفوارق بين الطبقات . - يتحول التنافس الرياضي لتعصب كروي . - تضارب المصالح والتركيز علي المصلحة الخاصة علي حساب العمل والآخرين . - التوافق بين المصالح العامة والخاصة إن مفهوم المواطنة يتمثل في معرفة الفرد حقوقه وواجباته التي تحكم وتقيس تصرفاته تجاه المجتمع الذي يعيش فيه

خصائص الظاهرة الاجتماعية: دوركاييم

التلقائية : تنشأ من العقل الجمعي ، الوجدان الكلي. بسبب التفاعل واتصال الرغبات والاحتكاك المستمر بين افراد المجتمع .
الشخصية الموضوعية الخارجية : خارجة عن ذواتنا الفردية ، هي اسبق فالوجود من الفرد .
الجبر والالزام والفهري: تفرض نفسها علي الافراد . تفرض نفسها علي الافراد في درس الثقافة .
العمومية : العموميات التي فدرس الثقافة مثل الدين والزي والتحية والاحتفالات مثل شم النسيم تظهر في صورة واحدة الي حد ما في المجتمع .

نركز علي الاثنين دول :

نسبية: اثر الزمان والمكان الاختلافات ، اتقان العمل قيمة في المجتمعات الصناعية ولكنها ليست نفس الاهمية في بعض المجتمعات. متنوعة المضمون درس الثقافة . مقارنة بين ماضي وحاضر .
التاريخية : فترة من حياة المجتمع يتناقلها الاجيال مادة التراث التاريخي ، برز الطاريوش في القرن العشرين كدليل علي القومية .
ظاهرة المولد شكلت مظهر من الثقافة المصرية في السابق . بيزكر الماضي فقط مكتسبة وليست وراثية وتتطور عبر التاريخ
الغرائط : الظواهر تتداخل معا .

الباب الثاني الرجوع للملزمة الرئيسية الاول 1 الثاني 3 الثالث 3 الرابع 3

الفلسفة : علم يسعى الي الوصول الي ما يتصوره حقائق نهائية أو مطلقة ومن ثم فهو يبحث في العلل النهائية للأشياء .
علم الاجتماع : العلوم الامبريقية تضم علم الاجتماع : القائم علي الملاحظة والتجربة ليصل للتعميمات الاحتمالية .
الانثروبولوجيا الانسان : علم يهتم بدراسة التاريخ التطوري والسلوك البشري ومعرفة طرق تكيفهم مع البيئات بطريقتي كلية شاملة ، منهج : المعيشة الواقعية والمنهج الكيفي العلاجي ، تحول العلماء إلى الدراسات الميدانية ذات الطابع التفصيلي، والتي ينتج عنها تقارير مملوءة بالمعلومات المدققة عن الحياة اليومية المدروسة .
علم الاجتماع : المنهج : نظرة مسحية تركز علي الآراء واستطلاعات وما تقدمه لك الرياضة .
علم النفس الاجتماعي : من لا يستطيع طاعة نفسه سيخضع لأوامر غيره . قياس الآراء والاتجاهات وميول الرأي العام . ليس وعي الناس هو الذي يحدد وجودهم بل العكس .
علم التاريخ : علم يولي اهتماما بالسر المنهجي المتتالي، بالإضافة إلى تسليط الضوء على البحث العميق بين الأحداث التي وقعت الماضي .
علم الاجتماع : ويهتم بدرجة تكرار الحدث ومعرفة أسبابه مثل بالثورة وأسبابها ونتائجها على المجتمع "
علم السياسة : نظريات سياسية : يقول ميكافيللي درجة الصعوبة في تحرير شعب راض بعبودية .
الإدارة الحكومية : الفدرالية شكل من اشكال الحكم تكون السلطة فية مقسمة دستوريا بين حكومة مركزية ووحدات حكومية اصغر .
علم الاجتماع والاقتصاد : ليس الاقتصاد حفظ المال بل انفاقه بحكمة .
التشابة : التأكيد عل الانساق والانساق الفرعية دراسة العلاقات الاقتصادية بين العمال وأصحاب الأعمال أي بين العمل ورأس المال، الذي أصبح قوة جمعية لأنه ثمرة الجهد الذي يبذله أفراد المجتمع .

الثقافة

معرفة	بناء من المفاهيم الاساسية	مفاهيم مترابطة
<ul style="list-style-type: none"> ما يخزنه الاشخاص في كتيبة او مذكراتة او في ذاكرته . المعلومات في شتي مجالات الحياة ونحصل عليها بالقراءة والاطلاع ومعرفة الجديد والاستكشاف معرفة الحضارات 	<ul style="list-style-type: none"> الافكار المشاعر اساليب التفكير والرموز الثقافية السائدة . الاصوليات والبدهييات التي تعيننا علي فهم محيطنا القدرة علي التمييز بين الخير والشر تكمن في العقل . اللفة الناطق باسم الثقافة فبدونها لا نستطيع ان نشرح لآخرين الثقافة . 	<ul style="list-style-type: none"> العادات وطرق الزواج والعيش واي عناصر سلوكية يمارسها الفرد خلال حياته . الوسيلة لتحسين وضع الانسان مواكبة تغيرات الثقافة . الدافع لسلوكنا .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

خصائص الثقافة :

- إنسانية : كرم الله الانسان واعطاه القدرة علي التفكير والاختراع والتعلم - الثقافة هي اتحاد العقل مع الروح - الانسان علي راس السلسلة التطورية .
- مكتسبة ومتعلمة : لا تعد ارثا بيولوجيا يورث من الاباء - ليست موجودة بالفطرة بل تنتقل من السلف للخلف لتكون جزء من شخصية الانسان - اذا اخذنا طفلا زنجيا لاسرة مصرية منذ الصغر سوف يتكلم العربية ولن يتكلم لغة ابوه وامه . العقل في البداية صفحة بيضاء ثم تكتب بالتعلم .
- متغيرة : الثقافة تضيف سمات جديدة وتتجدد وتحسن وضعية الانسان مثال : فلتنذهب الي اقصى مدي يمكن رؤيته وعندما تصل الي هناك سوف يكون بإمكانك الرؤية - العلاقة بين معدل سرعة تغير الثقافة وطبيعة انفتاح المجتمعات علاقة طردية - يمكن للانسان ان يطور حياته اذا ما استطاع تغيير اتجاهاته العقلية . تقوقعك داخل ذاتك المجتمعية لا يعني استاتيكيته فالنهر مياة ستظل متدفقة - انتهى عصر الرق بدخول القوانين . اجهزة الكمبيوتر والانترنت .
- متنوعة المضمون : المعرفة الانسانية معرفة مقارنة فتحن لا نعرف الشئ في حد ذاته بل نعرفه في علاقته بشئ يشبهه واخر يختلف عنه . يستطيع الرجل تزوج امرأتين لكن في امريكا تعد جريمة يعاقب عليها القانون .
- الثقافة تحدد اسلوب الحياة : تروض الوظائف الانسانية - يحتفظ كل سكان مدينة الاقصر بالاشياء الاثرية - الثقافة بها جبر والزام ومجموعة من القواعد والقوانين الخاصة بها .

عناصر الثقافة

الخصوصيات	المتغيرات البديلة	العموميات
تتميز الطبقة الأرستقراطية بعادات تميزها عن الطبقات الوسطى . لكل دين زي خاص به اهل النبوة وروب المحاميين .	موضة الملابس التي تظهر في ظل ثقافة في نطاق زمني وجغرافي ولا تستمر . لغة الفرنكو . التليفون ووسائل الاتصال الجماعي .	يتشارك المصريون الاحتفال بشم النسيم والاكالات المفضلة الانتماء القومي الوطني . زيادة وحدة افراد المجتمع

وظيفة الثقافة :

- ان امتلاكنا لوسائل الانتاج ولويد الحاجة الي المجاعة والحرية .
- تتصل الثقافة بالسياسة : والحقوق والواجبات ، تتصل الثقافة بالاقتصاد : فالدين الاسلامي يحرم تناول لحم الخنزير .
- تتصل الثقافة بأساليب الانتاج : كاستخدام الفأس والمحراث .
- بالنسبة للفرد : الشعور بالانتماء والوحدة .
- اشكال الثقافة : مادية وغير مادية .

العمل التطوعي

- رؤية طافور للعمل التطوعي : ان تكون متطوعا معناه ان تكون قنديل مضي فيظنك اليتيم اباه ويراك العجوز عكازه ويطمئن عامل النظافة لانك سنده . يلتصق اريج الزهر باليد التي تقدمها .
- رؤية روزاريون للتطوع : من يدير الاخرين يتمتع بقوة لكن من يدير نفسه يتمتع بقوة اكبر . التطوع عمل واكبر من كونه نشاط ترفيهي .
- فرض كفاية : يقوم شاب من كل عائلة تجهيز وجبات الافطار وتوزيعها علي المسافرين ، مشاركتك مع ابناء الحي بزيارة المرضى وتقديم الهدايا .

قيم العمل التطوعي :

- تلبية الاحتياجات الاساسية للمجتمع : تخفيف العبء عن الجهود الحكومية حيث يوفر موارد كثيرة وتلبية احتياجات الاخرين . مثال جمع تبرعات للمفقرات لمساعدتهم كبناء منازل او ترميمها .
- ترسيخ منظومة محورية من القيم : عمل الخير من اجل الخير . وكان المتطوع عليه واجبات .
- الشباب ترسيخ التوازن بين الروح الفردية والجماعية : التركيز علي اوضاع الغير اكثر من مشكلات الذات والتخلي عن الانا - التكافل المجتمعي .
- الناحية السوسولوجية الحد من مشكلات بطالة الشباب : تنمية قدرات الاتصال والعمل بروح اتخاذ القرارات ، التطوع لمن لديهم فرة في الوقت فالعمل التطوعي يشغل وقتة ويزيد فرص حصوله علي عمل لانه سيكون لها تأثير ايجابي علي الجهات التي تتولي طلب توظيفه . - توجه الطاقة بعيد عن الانحراف - القرص الحسن
- دور النظم الاجتماعية في ترسيخ قيم التطوع :- اعلانات الزكاة في شهر رمضان . المؤسسات الاهلية

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

اشكال العمل التطوعي

السلوك التطوعي	الفعل التطوعي
افضل المعروف اغاثة للمهوف .مساعدة طفل تائه التبرع بالدم لمصاب حادثة .	عقد التبة لاحد رجال الاعمال . مشاركة طبيب عضو في مستشفى خيري ، معلم يتشئ قناة مجانية علي اليوتيوب .

انواع المشاركة

مشاركة معنوية	مشاركة مالية	مشاركة عضوية
عليك بفعل الخير حتي لو لم يكن له من الخير الا حسنة في السامع . الترويج للتطوع قمت بدعوة احد معارفك للتبرع . حملات الدعاية والتوعية لمستشفى . الدال علي الخير كضاعة . تعريف الآخرين - التصدي للشائعات مقال اذاعي . تشرح اهمية العمل التطوعي .	العمود الفقري لاي عمل تطوعي مساهمتك في تكاليف بناء مؤسسة خيرية التبرع لصندوق تحيا مصر	ان تهب نفسك فهذا قمة العطاء . تقلد منصب بأحد الاحزاب السياسية . معلم يقيم فصول محو امية تشجير الحي .

داخل المدرسة : كتيبات ارشاد لزوار المدرسة .

خارج المدرسة : خروج الطلاب مع مسن للتسوق والتخفيف عنه .

اليات التشجيع : شهادات تقدير للطلاب المتطوعين .

العمل الحر:

العمل الحر قد يكون عملا انتاجيا مثل ورشة لصناعة الاثاث او ذهنيًا مثل مصمم الفوتوشوب .

بيئة العمل الحر :

- الفرص التي توفرها البيئة : يحيا الشباب وسط امكانيات خاصة وموارد غنية وتربة خصبة وثروات يمكن توظيفها لنجاح المشروع الحر . المدن الساحلية توفر فرص لاقامة المشروعات ذات علاقة بالسياحة مثل البازارات والمطاعم .

- الديمجرافية الاجتماعية : مع تقدم العمر تزداد احتمالية العمل الحر كما ان النسبة الغالبة من العمل الحر الرجال ونسب النساء قليلة كذلك فان احتمالية عمل المهاجرين بالعمل الحر اعلي من المواطنين الاصليين .

- بلو : الحالة الاقتصادية تدني مستوي الرفاهية والبطالة وتدني المرتبات كلها عوامل تدفع للعمل الحر .

التكنولوجيا : تقلص دور المطابع الكبرى عقب ظهور المطابع الموصلة بالحاسوب - الدعاية والاعلان عبر مواقع التواصل الاجتماعي - ميكنة المعلومات . التسويق الالكتروني

- دافيدسون : العوامل السيكلوجية المستوي الفردي قيم الشراكة لا بد ان تتمتع بالثقة بالنفس وادارة الوقت ومهارة التفاوض والتطور المهني المجتمعية والمخاطرة المستوي الكلي : التنافس وتطوير الذات من سمات المجتمع الصيني . الشرعية الاجتماعية : المعتقدات الدينية والعادات والتقاليد تؤثر في سلوك الافراد والجماعات .

متطلبات العمل الحر : هام جدا جدا

التخطيط ودراسة الجدوي لا يمكن ان نحدد دون ان نزرع	الاداء
تحديد السوق : ان يكون المنتج صالح للمستهلك . تحديد الاولويات : ترتيب الاسبقيات - النشاط المطلوب السلة - ترتيب ما تحتاج انجازة . مسائل التمويل : دفع المال الكلي لدعم العمل . طاقم العمل : اول طريقة لتقييم ذكاء القائد هو ان ننظر لفريقة . التنظيم والادارة : معدات ومستلزمات واماكن تخزين وقواعد استبدال والتعامل مع الزبائن . ادارة التمويل : الحاسبية علي الاموال لاعداد السجلات والتقارير المالي . الايرادات والمصروفات .	التكلفة والكفاءة : افضل النتائج بأقل جهد . الوثاقعة : عدم الانحصار علي فئة او طبقة معينة الايقاء : ثبات الهدف . الشفافية والمحاسبة : المتابعة لفريق العمل والعمال والتأكد من الالتزام بسياسات المؤسسة وما بعد البيع التخطيط الاستراتيجي : المهوية تجعلك تفوز لكن العمل الجماعي يجعلك تحقق البطولات . وضع هدف بعيد الاستحواز علي 20 % من السوق .

مزايا العمل الحر : هام

- تحقيق الحلم : عندما تحقق هدفك الشخصي وما تعتقد انه شئ عظيم . - حرية التصرف وكانك في مقعد السائق . عندما

تعمل بشكل مستقل يمكنك أن تكون رئيس نفسك . ، تنفيذ الطموح : ميزة اختيار المجال الذي يكون الفرد محبا له

تنظيم ساعات العمل ، الثقة بالذات : لانك وجدت الطريق بنفسك ، متعة : القيادة والادارة ، تعمل بقدر ما تنص : اي تعدد التسعيرة المناسبة ، الاستقلالية والسيطرة : مسئول عن نفسك وعن انتاجك ، السعادة : الراحة النفسية ، الشراكة

التعاون مع الاصدقاء ، تطبيق أفكار إيجابية للمنافسة والحصول علي عملاء أكثر .

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

نموذج مشروع للعمل الحر : هام

شرائع العملاء : فئة الشباب مثلا . القيم المقرحة لتلبية احتياجات العملاء : وضع سياسة ما بعد البيع .
الفتنات : مواقع اليكتروني للتواصل مع العملاء . الايرادات : تصورات مالي عن المبيعات .
الموارد الرئيسية : تصورات مالي لمصروفات التشغيل والعمالة .

الباب الثالث : الفصل الاول 1 الثاني 3 الثالث 2

سبل تحقيق البحث العلمي للمساهمة في عملية التنمية

تقديم المشورة النصح لصنع القرار	نقل وتوطين	ربط البحث بأهداف الدولة التي نسعي لها
تعاني واحة سيوة من بعض المشكلات المائية في التربة التي تؤثر على الزراعة مما دعا الحكومة ان تكلف معهد بحوث المياه بعمل دراسات من اجل حل هذه المشكلات. العمل من دائرة الذهن إلى واقع الحياة تشبه الطعام الذي لم يحوله الهضم الكامل إلى حركة وحرارة.	تبذل الدولة جهود كبيرة في توطين صناعة السيارات الكهربائية مع التعاون مع الشركات العالمية . تتعاون وزارة الصحة مع شركة سينوفاك لتأهيل مصانع اللقاح لتصنيع لقاح كورونا . دورا مزدوجا نحو توفير البيئة المعلوماتية للحياة وللتنمية و إدخال أساليب متجددة للعمل على تذليل العقبات وتقديم الحلول.	كلفت الحكومة وزارة البحث العلمي بوضع استراتيجية من اجل تحقيق التنمية المستدامة الافادة من دراسات سابقة : قيام وزارة التربية والتعليم بتغيير طرق التقويم استنادا علي النتائج وتوصيات الدراسات العلمية والتربوية التي اظهرت عدم جدوي الاعتماد علي التذكر . تطوير الزراعة ، ومن ثم سد احتياجات افراد المجتمع من الغذاء وخاصة المحاصيل الأساسية مثل الأرز والقمح البعد عن الازدواجية و التكرار الفكرة ليست وليدة اللحظة لكن التزاوج بين ترسبات الماضي ومعطيات الحاضر

تنمية جيل من الباحثين المتميزين : قل لي وسوف أنسى أرني ولعلي أتذكر أشركني وسوف أفهم / أكاديمية الطفل العبقري / علمني كيف أصطاد ولا تعطيني سمكة كل يوم.

مقومات البحث العلمي

الدرع الخالي : بمثابة حجر الزاوية الرئيسي.

تدريب الكوادر	برامج تدريبية
الابداع لايدلة من اعداد جيد ومران مستمر وجهد وتدريب لاكتساب المهارات اللازمة كي يصير المرء قادرا علي بلورة افكاره وتشكيلها في مجال معين .	ربط بين العلماء المصريين في الداخل والخارج والاستفادة من خبراتهم. تجهز بعض الدول أحلامها مبكرا بتضييع مفكرها وببذعها من بين أيديها

تطوير منظومة التشريعات للبحث العلمي : نصت المادة 21 من دستور 2014 م على أن تكفل الدولة استقلال الجامعات/ على الدولة توفير البيئة المناسبة التي تمكنهم من إجراء البحوث والدراسات بشكل ملائم لإخراج الأفكار من دائرة العقول إلى الواقع.

البحث العلمي لخدمة قضايا التنمية

توثيق الصلة	التخطيط الجيد للعمالة	رفع كفاءة الفرد العامل	وضع نظم جيدة	قواعد البيانات
بين الدولة انشاء مركز بحثية تابعة للحكومة مثل مركز البحوث الزراعية والتربوية والطبية والهندسية .	تطوير التعليم الفني محور الامية التكنولوجية الاعتماد علي مبتكريها - ان مشكلتك ليست سنوات ضاعت بل سنوات قائمة ستضيع اذا واجهت الحياة بنفس العقلية . والتمرين المتعاقب نحقق الأحلام ونحدث التوافق اللازم لمتغيرات العصر والكفاء الاصطناعي	تدريب العمالة التي سيتم نقلها للعمل بالعاصمة الادارية الجديدة . بتدريب الأفراد العاملين بها مع وضع معايير للحكم على مدى كفاءة تعلموا المهنة فأنه يوشك ان يحتاج احدهم الي مهنة . الذهب يمتحن بالنار والرجال بالتجارب	مركز ضبط جودة المنتج لاختبار السلع والمنتجات الصناعية ، الحصول علي الايزو . لا تهتم بسرعة العمل لان الناس لا يسألونك في كم فرغت منه بل ينظرون الي اتقانة وجودة صنعة . تتطلع المنشآت دائما إلى كسب رضا المستهلك و سلع تتسم بالجودة العالية	منصة مصر الرقمية ، المحفظة الالكترونية ، الية المدفوعات الالكترونية موقع دعم مصر للخدمات التنموية الذي يضم بيانات جميع المواطنين المستفيدين من التمويل . إن المعرفة لم تعد قوة في عصر السرعة والإنترنت إنما تطبيق المعرفة هو القوة

العولة : الحدث الاساسي في هذا القرن هو الانتشار الديموجرافي الهائل للأفكار . تلقائية ومستمرة ولا مخطط لها.

النتاج النهائي لها : تؤدي الى تهيمش وسحق الهوية الشخصية والوطنية، كما تسعى نحو تشكيل شخصية ذات صبغة عالمية.
إيجابيات العولة :

مراجعة ليلة الامتحان في علم نفس وإجتماع

1- نقل خبرات جديدة: إنها تخلق الإنسان التواصل الذي تتيح له الأدمغة صورة عابرة للقارات والمجتمعات والثقافات

2- المساواة بين الجنسين: تقليل القبود الاجتماعية وقلاصت الحواجز بين الرجل والمرأة .

3- حقوق الإنسان: شجيع الحريات الساسية للناس جميعا، والتشجيع على ذلك اطلاقا بدون تميز بسبب الجنس أو اللغة أو الدين

4- الإصلاح والتنمية : الإصلاح البيئي وتنمية المجتمع .

الحفظ على الهوية القومية: لا أريد أن يكون منزلي محاطا بالجدران من كل الجوانب، وثواقذي مسدودة، أريد أن تهب ثقافات كل الأوطان على منزلي من جميع الجهات، وبكل حرية، لكنني أرفض أن يقتلني أحد من جذور. هام جدا

الاعتماد على الآخرين ضعف، والاعتماد على النفس قوة، والاعتماد المتبادل هو قمة القوة الأخذ والعطاء في علاقات بناءة التمسك بالقيم الشفافية : رسوخ قيم التوافق والتعاون .

اثار العولة : التنباين في التنمية النزعة الاسهلاكية والمكانة نسبي التفاخر .

اليات العولة : الرجوع للملزمة .

الانترنت : احدث تغيير في المفاهيم التقليدية للعمل والتجارة والاعلام .

الفضائيات : تهدم وتقرب القيم .

المحمول : نشر ثقافة الرعب والعاطفة والاستهلاك .

التطرف

مستويات التطرف : العقلي انغلاق فكري تفكير غير ناقد تعصب لافكاره .

الوجداني : عدم الراحة / العداوة / يستثار بسهولة .

السلوكي : التلاسن والتعارك الاعتداء استخدام القوة الجسدية متعدد الاصابة والوفيات .

التعصب والجمود دوافعية : تعصب الشخص لافكاره الخاصة لدرجة رفضه الاطلاع على الافكار المخالفة وان ظهرت له الدلائل التي تثبت ان افكاره خاطئة سيحاربها بالقوة ويصارع من اجل اثبات صحة افكاره .

البعد عن الوسطية والاعتدال : البعد عن الاستواء والاستقامة والتوسط بين حالتين . المتشدد والظلمة : القاسيا والفظاظة الوقاحة اسباب التطرف : لا تنسي الخروج عن المعايير الفكرية .

العامل الذاتي : اسلوب التربية في الاسرة او سمات الشخص المتطرف العقلية والنفسية تراجع التفكير النقدي.

التحديات : تأتي من الشعور بالوحدة وعدم الاندماج مع الآخرين.

- اظهار الجهل في صورة العلم يعبر عن الانحراف العقائدي . ولا بد من زيادة فهم الدين .

- عدم القدوة في الاسرة او التعليم جيل لا يعلم تاريخه ولا دينه واعلام مبتدل ولا بد من مرجعية حسنة تنال ثقة الشباب .

- اشراك الشباب في الحياة السياسية ومراكز اتخاذ القرار بهدف تنمية الثقة والانتماء .

الفراغ الفكري : غباء الناس ومشكلاتهم لا ينبع من افتقارهم للنكاء وانما غياب شجاعتهم على التفكير . خلو العقل من الوعي / الحق اذا استنفذ طاقة الانسان لم يجد الباطل بقية يستمد منها .

التفاوت الطبقي : غياب العدالة والحرمان والفقر والاهمال التكنولوجيا : ونشر فتاوي متطرفة في مواقع التواصل .

علاج التطرف

1- فتح قنوات حوار : انتصار حلاوة الكلام التي تستخدم على نحو مناسب في المكان الذي كان ينتشر فيه العنف . اللطف يفعل اكثر ما يفعله العنف .

2- تضمين المادة الدينية داخل المقررات التعليمية : دور وزارة التربية والتعليم .

3- تجديد الخطاب الديني : دور الازهر .

4- اشاعة روح وتعزيز الحريات: وتعدد الاحزاب وتقليل الرقابة على الابداع يساعد على ذلك .

5- مرض في حاجة لعلاج : الكراهية مثل السرطان غير المكتشف تكلل شخصية من نصيبه يعبر عن انه .

6- ايجاد مرجعية صحيحة تنال ثقة الشباب : علاج القدوة

7- توحيد مصدر الفتوي . 8- نشر بحوث العلماء عن الغلو والتطرف : البحث العلمي واهداف الدولة

9- تدعيم دور المؤسسات : المؤسسات الدينية ومكافحة الارهاب من خلال حملة تنويرات الكترونية ، تنظم المدرسة ندوات: ومناظرات بشكل دوري لتعويد الطلاب على تقبل الاراء المخالفة لرأيهم .

10- تفريغ طاقة الشباب : تقوم المدارس والجامعات بوضع خطة نشاط وتنفيذها طوال العام سواء في الدراسة او الاجازة — طاقة غريزية كامنة تبحث عن مخرج .

11- تدريب الطلاب على الحوار : تقبل الرأي الآخر يعني. مؤتمرات الشباب تحت رعاية السيسي . 12 - تنفيذ ودحض شبهات الغلو

قناة ↓

العابقرة 3 أدبي

رابط القناة علي تطبيق Telegram

@OW_Adby

